



Seguendo il Cormor fino alla foce Da Mortegliano a Marano Lagunare e ritorno Sabato 26 Marzo 2022



DIFFICOLTÀ: Cicloescursione in Mtb
Itinerario : MC/TC
(MC medie capacità tecniche TC turistico)

DISLIVELLO:
itinerario : ↑ m 50 ↓ m 50

DURATA ESCURSIONE:
itinerario : 5:30 ore (soste escluse)
lunghezza : 65 km circa

TRASPORTO:
mezzi propri

PARTENZA:
ore 08:30 da Mortegliano – Parcheggio in
Piazzale Marinali d'Italia (vicino albergo al
Ponte)

RIENTRO:
ore 15:30 circa

QUOTA di PARTECIPAZIONE:
SOCl: Escursione gratuita
NON SOCl: assicurazione obbligatoria (€ 11,50
oppure € 19,00 in base ai massimali)

ISCRIZIONI:
Entro mercoledì 23/03/2022
presso la sede SAF o sul sito
www.alpinafriulana.it

COORDINATORI: Nicola Michelini, Mauro
Rizzo, Marco Morassi
Commissione Escursionismo - UD
Tel. (+39) 370 3626534 attivo dal venerdì
precedente all'escursione (anche WhatsApp)

Società Alpina Friulana

Via Brigata Re, 29 – Udine
Segreteria – tel. (+39) 0432 504290
Orario: mer-giov-ven 17.30-19.00,
giovedì anche dalle 21 alle 22.30
mail: escursionismo@alpinafriulana.it
website: www.alpinafriulana.it



Pontile di Marano Lagunare

Il privilegio e il piacere di recarsi in montagna, in questo particolare periodo, richiede ancora maggiore rispetto e attenzione per sé e per gli altri, non solo sui sentieri.

IN CALCE TROVATE DA LEGGERE TUTTE LE ACCORTEZZE, integranti il Regolamento all'escursione, PER PARTECIPARE ALLE USCITE.

Il Torrente Cormor da Mortegliano a Marano

L'ESCURSIONE: Partendo da Mortegliano seguiremo la valle del Cormor, che da torrente si trasforma in canale, ammirando la sua morfologia e trasformazione fino alla sua foce sulla laguna nei pressi di Marano Lagunare. Durante il tragitto di andata ma anche di ritorno verso Mortegliano avremo la possibilità di ammirare alcune peculiarità di questo territorio. L'escursione non presenta difficoltà altimetriche per dislivelli ma richiede una buon allenamento per la lunghezza del percorso che si snoda su strade sterrate, dove sono possibili eventuali forature.

segue





ITINERARIO

Partendo dal parcheggio di via Gabelli a Mortegliano (vicino all'Albergo al Ponte) riprendiamo la valle del Cormor, dove lo scorso anno l'avevamo risalita per rientrare a Udine, scoprendo che il Torrente si trasforma in Canale raccogliendo le acque dai vari canali e risorgive lungo il suo percorso fino a sfociare nella laguna nei pressi di Marano Lagunare.

Nel centro storico di Marano Lagunare è possibile scoprire ed ammirare le sue origine ed influenze che nei secoli si sono succedute. Sicuramente l'influenza della Repubblica della Serenissima di Venezia è molto evidente ancora oggi non solo in molte costruzioni del centro storico ma anche nella parlata dei locali.

Rientreremo a Mortegliano seguendo il Cormor sulla sponda opposta a quella già percorsa all'andata e scoprendo alcune peculiarità di questi territori effettuando alcune deviazioni lungo il tragitto.

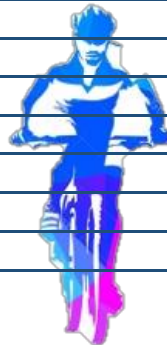


Ponte Mortegliano

Piazza Marano Lagunare

TEMPI (indicativi) escursione itinerario A:

		altitudine	dislivello	Km	orario
Partenza da:	Mortegliano	40	0	0,0	08:30
a:	Castions di Strada	25	- 15	5,0	09:00
a:	Zavattina	5	- 20	16,0	09:45
a:	Marano Lagunare	1	- 4	32,0	12:00
a:	Zavattina	5	4	43,0	13:30
a:	Castions di Strada	25	20	58,0	14:30
Arrivo a:	Mortegliano	40	15	65,0	15:00



ETICA DEL CICLOESCURSIONISMO

Codice di autoregolamentazione CAI

Il CAI annovera la bicicletta tipo mountain bike tra gli strumenti adatti all'escursionismo.

Il comportamento del cicloescursionista deve essere sempre improntato al fine di: "Non nuocere a se stessi, agli altri e all'ambiente".

Norme ambientali

- I percorsi sono scelti in funzione di tracciati e/o condizioni ambientali che consentano il passaggio della mtb senza arrecare danno al patrimonio naturalistico; evitare di uscire dal tracciato.
- Le tecniche di guida devono essere ecocompatibili, evitando manovre dannose quali, ad esempio, la derapata (bloccaggio della ruota posteriore).
- Non fa parte della filosofia CAI servirsi d'impianti di risalita o di mezzi meccanici e poi usare la mtb solo come mezzo di discesa (il *downhill* è estraneo allo spirito del CAI).

Norme tecniche

- Il mezzo in uso deve essere in condizioni meccaniche efficienti.
- L'abbigliamento, l'attrezzatura e l'equipaggiamento devono essere adeguati al percorso da affrontare.
- Il casco deve sempre essere indossato ed allacciato.

Norme di sicurezza

- La velocità di conduzione deve essere commisurata alle capacità personali, alla visibilità ed alle condizioni del percorso, in modo da non creare pericolo per sé e per gli altri.
- Occorre sempre dare la precedenza agli escursionisti a piedi, che devono essere garbatamente avvisati a distanza del nostro arrivo, a voce o con dispositivo acustico.
- La scelta dei percorsi deve tenere conto delle personali capacità fisiche, tecniche ed atletiche.

SCALA DELLE DIFFICOLTA' CICLOESCURSIONISTICHE

Il criterio per individuare una sigla è il tipo di fondo prevalente, secondo la seguente didascalia:

TC	(turistico): percorso su strade sterrate dal fondo compatto e scorrevole, di tipo carrozzabile..
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.
BC	(per cicloescursionisti di buone capacità tecniche): percorso su sterrate molto sconnesse o su mulattiere e sentieri dal fondo piuttosto sconnesso ma abbastanza scorrevole oppure compatto ma irregolare, con qualche ostacolo naturale (per es. gradini di roccia o radici).
OC	(per cicloescursionisti di ottime capacità tecniche): come sopra ma su sentieri dal fondo molto sconnesso e/o molto irregolare, con presenza significativa di ostacoli.

MODALITA' di ISCRIZIONE E PARTECIPAZIONE ALL'ESCURSIONE

iscrizioni	on line dal sito www.alpinafriulana.it
partecipanti per gruppo	massimo 20 persone
iscrizioni	validità solo se confermata via mail dalla Segreteria SAF entro il venerdì precedente l'uscita
partecipazione	obbligatorio: consegnare, nel luogo di ritrovo dell'escursione, l'autodichiarazione compilata e firmata qui allegata
luogo di ritrovo	direttamente dal luogo di inizio escursione
mezzi	mezzi propri (indicare eventuali richieste/disponibilità nell'iscrizione)
dotazione	obbligatorio: mascherina e gel disinfettante al seguito (oltre alla normale escursionistica)
preparazione	obbligatorio: sul luogo di ritrovo, isolatamente per gruppi di auto.
comportamento	durante escursione mantenere la distanza interpersonale di 2 metri, diversamente indossare la mascherina; non scambiarsi cibo, bevande, attrezzatura o indumenti.
allegati integrati al Regolamento	NOTE OPERATIVE PARTECIPANTI AUTODICHIARAZIONE PARTECIPANTI
il mancato rispetto delle prescrizioni comporterà l'allontanamento dall'escursione	

EQUIPAGGIAMENTO: ADEGUATO PER ESCURSIONI IN MTB, Mountain Bike in condizioni efficienti, verificando le condizioni dei freni e dei pneumatici, casco omologato per bici, Kit di riparazione pneumatici, antipioggia, riserva d'acqua, barrette energetiche. Si consiglia un ricambio completo da lasciare in auto.

NOTE: Escursione facile, priva di particolari difficoltà tecniche, panoramica ed accattivante. Classica uscita invernale di media durata e leggermente faticosa.

Si richiede a tutti i partecipanti una buona preparazione fisica, di prendere visione del programma proposto, del percorso previsto e di attenersi allo stesso, di dotarsi di carta topografica del luogo, di mantenersi sempre in gruppo seguendo le disposizioni dei Direttori di escursione, rispettando in particolare i tempi di marcia.

I Direttori di escursione si riservano la facoltà di apportare modifiche all'itinerario programmato sulla base delle condizioni di tempo, del luogo e percorrenza del tragitto.

CARTOGRAFIA: Carta topografica del Friuli, scala 1:25.000 (Sentieri nn.)

SOCCORSO: Tel. 112 Italia (Numero Unico di Emergenza)

ESCURSIONI SUCCESSIVE: Domenica 02 04: **Cannareggio con vista Laguna Nord - Venezia**

Sabato 23 04: **Anello Ampezzo, Cima Corso, Caprizzi, Priuso – Alpi Carniche**

REGOLAMENTO:

1. La partecipazione all'escursione è subordinata all'iscrizione da effettuarsi nella sede della Società Alpina Friulana (qui di seguito SAF) agli orari di Sportello oppure con la procedura on-line dal sito www.alpinafriulana.it, al versamento dell'importo stabilito sul programma e all'accettazione del presente Regolamento. Iscrizioni via breve o via mail non hanno effetto.
2. Le iscrizioni devono perfezionarsi secondo le modalità al pto.1 entro la giornata del giovedì precedente l'escursione, salvo diversa indicazione definita sul programma. Le iscrizioni possono essere chiuse anticipatamente nell'eventualità si raggiunga il numero massimo di iscritti.
3. Al momento dell'iscrizione si deve dichiarare la condizione di socio o non socio.
4. La copertura assicurativa è definita in accordo alle normative del Club Alpino Italiano (CAI).
5. I minori dovranno essere accompagnati da persona garante e responsabile.
6. Il Direttore di Escursione ha la facoltà (e dovere) di escludere dall'escursione i partecipanti che per cause diverse (p.e. inadeguato equipaggiamento, precarie condizioni fisiche, inesperienza) non diano sufficienti garanzie al superamento delle difficoltà dell'itinerario, senza pregiudizio per loro stessi e per il gruppo.
7. La quota versata a titolo di caparra, non sarà rimborsata se non per cause imputabili alla SAF (p.e annullamento dell'escursione per cause di forza maggiore). Motivazioni personali che possano impedire la partecipazione (p.e. famiglia, lavoro, salute) non costituiscono requisito per detto rimborso.
8. La SAF si riserva la facoltà di annullare l'escursione in caso di mancato raggiungimento del numero minimo di partecipanti, oppure se si presentino situazioni tali da pregiudicare il buon esito. Inoltre è possibile che per necessità sia modificato l'itinerario dell'escursione stessa e la sua logistica (p.e. mezzi di trasporto). Nel caso di annullamento dell'escursione sarà restituita la quota versata; nel caso di modifica dell'itinerario e della logistica la quota sarà riparametrata, restituendo parte di quanto versato, se dovuto.
9. L'escursione sarà effettuata conformemente al programma, salvo eventuali variazioni comunicate durante la presentazione della stessa presso la sede SAF o modifiche decise dal Direttore di escursione qualora sorgano situazioni di precarietà e rischio per i partecipanti.
10. Chi si iscrive all'escursione è informato tramite il programma di dettaglio, oltre che dalla presentazione di questa presso la sede SAF nei giorni precedenti l'uscita, circa le caratteristiche dell'itinerario, le difficoltà e gli equipaggiamenti necessari, gli orari, il luogo di ritrovo, i mezzi di trasporto per il trasferimento; pertanto, nel caso in cui l'iscritto partecipi all'escursione, se ne assume la responsabilità.
11. L'escursione si intende tale dal luogo di partenza e di arrivo della stessa così come definito dal programma di dettaglio. Il trasferimento dal luogo di ritrovo al luogo dell'escursione e viceversa per il rientro, fanno parte del programma quando ci sia esplicita indicazione organizzativa.
12. Il partecipante, prima di iscriversi, deve leggere con attenzione il programma e valutare l'opportunità della propria iscrizione in base alle proprie capacità tecniche e al proprio stato di salute e allenamento fisico.
13. Ai partecipanti sono particolarmente richieste: puntualità al ritrovo, scrupolosità nel seguire le indicazioni del Direttore di Escursione ed Accompagnatori, prudenza, disponibilità e collaborazione.
14. Durante l'escursione si deve rimanere uniti alla comitiva evitando inutili ritardi, non si devono creare situazioni difficili per la propria ed altrui incolumità, non si devono lasciare rifiuti di alcun genere sui percorsi e/o luoghi di sosta.
15. Non è consentito ad alcuno, salvo autorizzazione, l'abbandono della comitiva o la deviazione per altri percorsi.
16. Per quanto qui non contemplato vale lo Statuto della Società Alpina Friulana.
17. Per la partecipazione all'attività è richiesta l'accettazione del presente Regolamento, da considerarsi parte integrante del programma della medesima.

INDICAZIONI TEMPORANEE PER IL RIAVVIO DELL'ATTIVITÀ ESCURSIONISTICA E CICLOESCURSIONISTICA SEZIONALE IN EMERGENZA COVID 19

NOTE OPERATIVA PARTECIPANTI

I partecipanti si impegnano a rispettare le norme di igiene, di distanziamento e quant'altro inerente all'utilizzo di Dispositivi di Protezione Individuali (DPI) secondo quanto disposto dalle Autorità competenti al fine di limitare la diffusione del contagio virale.

I partecipanti si impegnano a rispettare scrupolosamente le indicazioni e le direttive impartite dagli accompagnatori responsabili dell'attuazione delle misure anticovid durante l'escursione, designati dalla Società Alpina Friulana Sezione di Udine del C.A.I.

I partecipanti sono informati delle modalità di iscrizione e partecipazione alle attività sociali indicate dalla Società Alpina Friulana Sezione di Udine del C.A.I. dagli organizzatori e le accettano.

Chi intende aderire è consapevole che non potrà essere ammesso:

- se non ha ricevuto preventiva comunicazione di accettazione dell'iscrizione;
- se sprovvisto dei necessari DPI (mascherina, gel disinfettante) e di quant'altro indicato dagli organizzatori;
- se è soggetto a quarantena, se a conoscenza di essere stato a contatto con persone risultate positive negli ultimi 14 giorni, se non è in grado di certificare una temperatura corporea inferiore ai 37,5°C e assenza di sintomi simil influenzali ascrivibili al Covid-19.

La località di partenza va raggiunta con mezzi propri, nel rispetto delle norme nazionali/regionali che regolano il trasporto in auto di persone non conviventi, salvo diversa indicazione da parte della Società Alpina Friulana.

Osservare scrupolosamente le regole di distanziamento e di comportamento:

- durante la marcia, a piedi va conservata una distanza interpersonale di almeno 2 metri.
- sono vietati scambi di attrezzatura, oggetti, cibi, bevande o altro tra i partecipanti non appartenenti allo stesso nucleo familiare;
- si fa obbligo ai partecipanti di avere con sé la mascherina e il gel disinfettante a base alcolica.

È responsabilità dei partecipanti non disperdere mascherine o quant'altro lungo il percorso, tutto va portato a casa così come i rifiuti. Ai partecipanti è richiesta la massima disciplina, pena l'immediata esclusione dall'escursione per comportamenti potenzialmente dannosi per gli altri Soci.

