



Monte Cesen in MTB (m 1570) Anello del Posa Puner (Miane - TV) Sabato 2 Luglio 2022



DIFFICOLTÀ: Cicloescursione in Mtb

itinerario: MC / BC

(MC medie capacità tecniche/ BC buone capacità tecniche)

DISLIVELLO:

itinerario: ↑ m 860 ↓ m 860

DURATA ESCURSIONE:

tempo: 5 ore (soste escluse)

lunghezza : 23 km circa

TRASPORTO:

mezzi propri

PARTENZA:

ore 06: 30 da (terminal in via della Faula, Udine)

RIENTRO:

ore 19: 00 circa

QUOTA di PARTECIPAZIONE:

SOCI: Escursione gratuita

NON SOCI: assicurazione obbligatoria (€ 11,50 oppure € 19,00 in base ai massimali) in aggiunta

ISCRIZIONI:

Entro mercoledì 29/06/2022

ONLINE sul sito www.alpinafriulana.it

COORDINATORI:

AC Mauro Rizzo (3200369527)

ANE Nicola Michelini (3492315518)

Commissione Escursionismo - UD



LEGGERE Modalità iscrizione e partecipazione + Regolamento in calce

L'ESCURSIONE: Dal Rifugio Posa Puner (m.1321) ammireremo lo splendido panorama partendo dai rilievi del Cansiglio verso EST e proseguire il nostro sguardo sulla pianura Friulana e Veneta godendoci la vista sulla laguna e la costa adriatica. Durante tutta la giornata, sulle Prealpi Trevigiane, potremmo allargare il nostro sguardo proseguendo verso OVEST fino a distinguere i colli Euganei e i colli Berici in lontananza sulla pianura.

Dalla Cima del Monte Cesen la fatica verrà ampiamente appagata, godendo il panorama che ci circonda, dal Massiccio del Grappa, alle Pale di San Martino, Civetta, Pelmo e tutte le altre cime che si intravedono all'orizzonte.

Chiuderemo il nostro anello percorrendo la forestale che sul versante NORD ci riporta al Rifugio Posa Puner dove terminerà la nostra escursione.

La sorpresa non finisce qui, abbiamo la possibilità di fermarci in rifugio a cena e pianificare un'altra straordinaria cicloescursione per il giorno seguente.

Per chi fosse interessato è pregato di contattare gli organizzatori.

segue

Pcv19_2022_v00





ITINERARIO

Partendo dal Rifugio Posa Puner (m.1321) scendiamo fino a Malga Budai (m.1214) e proseguire su strada asfaltata molto panoramica sulla pianura in direzione di Pianezze fino al bivio che porta alla Malga Faè (m.1237) e proseguire fino a giungere sul tornante sopra il centro di Pianezze (m.1132) qui riprendiamo la strada panoramica asfaltata fino a raggiungere la forcella Marièch (m.1500).

Qui saliremo al Monte Cesén (m.1570), dove potremmo ammirare a 360° il panorama davvero appagante.

Riscesi a Forcella Marièch proseguiamo su strada forestale fino a giungere all'incrocio nei pressi del Capitello di Garda in Busa del Pian de Varda (m.1190) dove svolteremo a DX

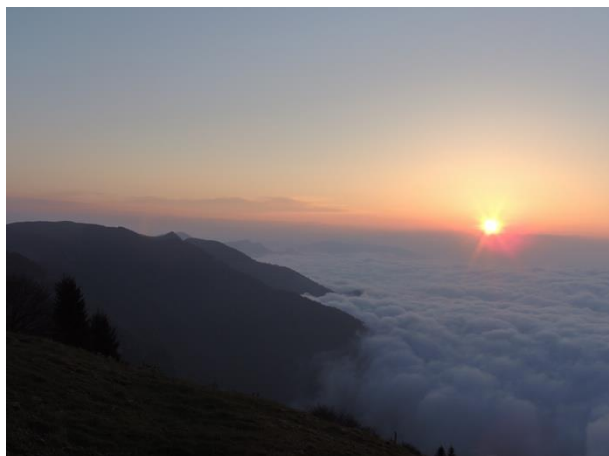
affrontando un ultimo tratto di discesa e quindi risalire verso Casera Forgona (m.1245), che lasceremo alla nostra DX e proseguiremo risalendo ancora verso l'incrocio delle strade forestali nei pressi di Casera Federa (m.1340).

In questo tratto ci sono alcuni tratti di strada forestale sconnessi di difficoltà "BC" e tratti in salita erosi e rovinati dagli eventi atmosferici in cui probabilmente bisogna scendere dalle bici.

Dall'incrocio di Casera Federa proseguiamo su strada forestale chiudendo il nostro giro rientrando al Rifugio Posa Puner.



Località Posa Puner



Alba al Posa Puner



Panorama dal Posa Puner

TEMPI (indicativi) escursione itinerario A:

		altitudine	dislivello	orario
Partenza da:	Rifugio Posa Puner	1321	0	09.00
a:	Malga Faè	1237	- 84	09.30
a:	Pianezze (tornante)	1130	- 107	10:00
a:	Malga Barbaria	1425	295	11:00
a:	Marga Marièch	1500	75	11:15
a:	Monte Cesén	1570	70	11:30
a:	Malga Marièch	1500	- 70	12:00
a:	incrocio Busa del Pian de Vedra	1190	- 310	12:30
a:	Casera Forgona	1245	55	13:00
a:	incrocio nei pressi di Casera Federa	1340	95	13.30
arrivo a:	Rifugio Posa Puner	1321	19	14:00

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 DIFFICOLTÀ 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.

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 non facile, alcune difficoltà tecniche, panoramica ed accattivante. Classica uscita 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 TABACCO 068 Prealpi Trevigiane e Bellunesi, scala 1: 25.000

SOCCORSO: Tel. 112 Italia (Numero Unico di Emergenza) [nb se in Veneto usare 118]

ESCURSIONI SUCCESSIVE: Sabato 23 luglio: **Panoramica delle Vette in MTB (monte Crostis)**

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 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 ritenuto 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. La partecipazione all'attività implica automaticamente lettura, conoscenza ed accettazione del presente Regolamento, da considerarsi parte integrante del programma della medesima.