



Viaggio alla sorgente

Da Udine a Buja risalendo il Cormôr

Sabato 25 marzo 2023



CICLOESCURSIONE IN MTB

DIFFICOLTÀ: MC / MC
(vedi scala difficoltà in calce al programma)

DISLIVELLO: ↑ m 350 ↓ m 350

DURATA ESCURSIONE:
tempo: 5,5 ore (soste escluse)
lunghezza: 45 km circa

TRASPORTO: mezzi propri

PARTENZA:
ore 07:30 dal Parcheggio di Via Raimondo D'Arco, Udine, a nord del Parco del Cormôr, all'imbocco dell'Ippovia

RIENTRO:
ore 16:00 circa

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

ISCRIZIONI:
Entro mercoledì 22/03/2023
ONLINE sul sito www.alpinafriulana.it

COORDINATORI:
ANE Nicola Michelini (349 231 5518)
Francesca Coccolo (340 322 5908)
Erica Rizzo (348 913 4012)

Commissione Escursionismo – UD

Società Alpina Friulana

Sezione di Udine del CAI OdV
Via Brigata Re, 29 – Udine
Segreteria – tel. (+39) 0432 504290
mail: escursionismo@alpinafriulana.it
website: www.alpinafriulana.it



LEGGERE Modalità iscrizione e partecipazione + Regolamento in calce

L'ESCURSIONE: Dopo aver scoperto negli anni scorsi il percorso del Torrente Cormôr da Udine fino a Marano Lagunare, dove la sua foce raggiunge la laguna, andiamo ora a ritroso alla scoperta della sua sorgente, nella parte settentrionale di Udine percorrendo le colline moreniche e ammirando le Prealpi Carniche.





ITINERARIO

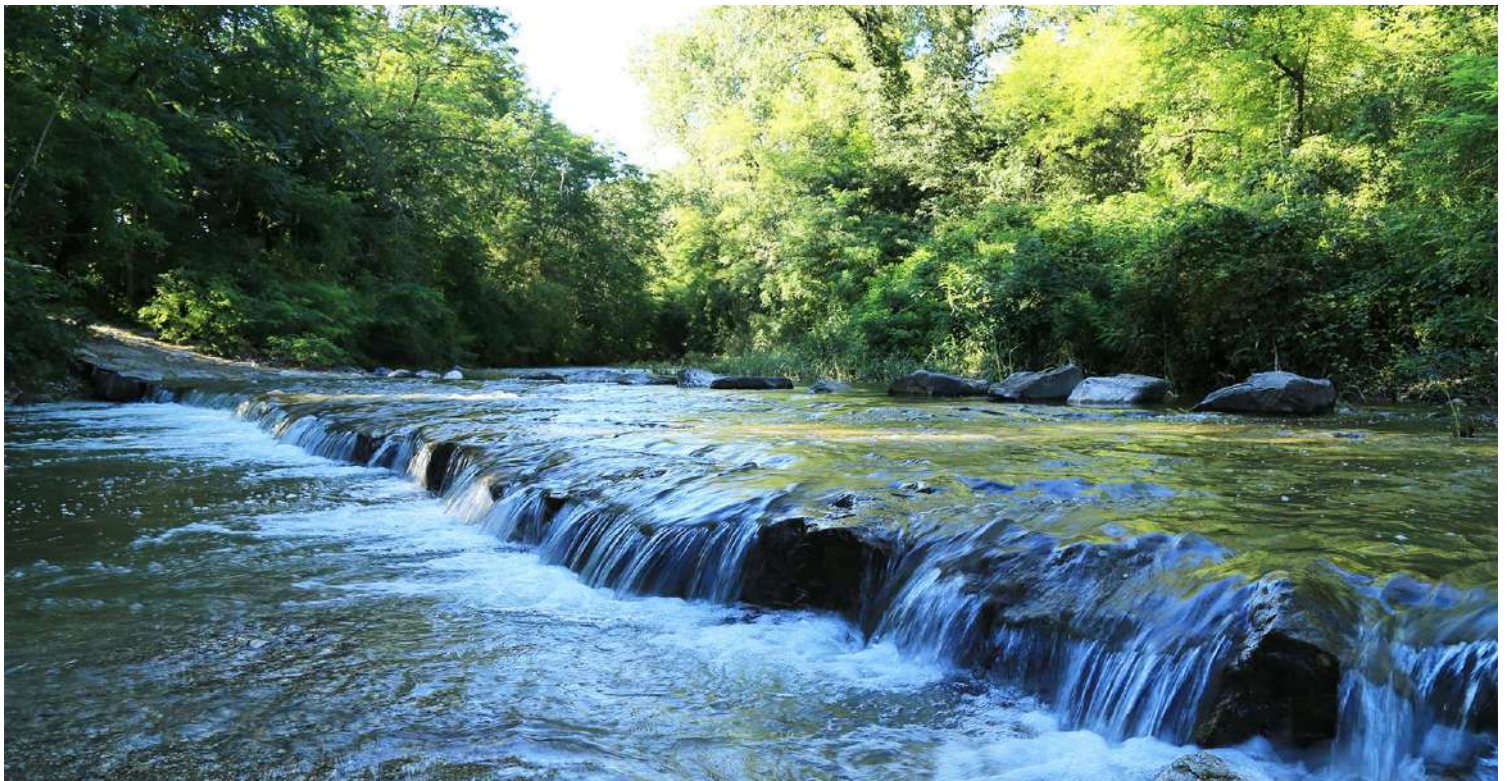


Dal parcheggio a nord del Parco del Cormôr, in via D'Aronco e in corrispondenza della fermata dell'autous Linea 9, partiremo subito alla scoperta di questo tratto molto frequentato della suggestiva ippovia del Cormôr, fino a raggiungere il colle di Monte di Buja, dove potremo ammirare uno splendido panorama a 360 gradi su pianura e Prealpi Carniche, e se siamo fortunati scorgere anche la laguna...

Dal Parco del Cormôr seguiremo quindi il torrente su strada carrareccia percorribile solo a piedi, bicicletta, a cavallo o con mezzi agricoli autorizzati, anche se nei pressi di alcuni centri abitati il percorso prosegue su strade asfaltate e aperte al traffico, dove bisogna fare attenzione alle autovetture in transito e rispettare il Codice della Strada.



Il percorso di andata e ritorno si svilupperà per la maggior parte della cicloescursione lungo lo stesso itinerario, essendo questo un tratto sempre percorribile con la mountain bike anche in condizioni di meteo e terreno non ottimali. Ma, come sempre, noi abbiamo ordinato il bel tempo!



EQUIPAGGIAMENTO: ADEGUATO A 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 piacevole e priva di particolari difficoltà tecniche, adatta ad aprire la stagione cicloescursionistica nell'attesa di poter salire di quota con l'aumentare delle temperature nei mesi a venire.

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.

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

CARTOGRAFIA: Carta topografica TABACCO 020, Prealpi del Gemonese – Colli morenici del Friuli, scala 1:25.000

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

CICLOESCURSIONI SUCCESSIVE:

Sabato e domenica 22-23/04/2023: **Meta** – Weekend Lago di Garda

Sabato 20/05/2023: **Meta** – M. Cuarnan e Sella Sant'Agnes

ESCURSIONI SUCCESSIVE:

Domenica 26/03/2023: **Meta** – Anello del M. Sabotino

Sabato 01/04/2023: **Meta** – Venezia: l'Arsenale e il suo sestiere

Sabato e domenica 22-23/04/2023: **Meta** – Weekend Lago di Garda

MODALITÀ DI ISCRIZIONE E PARTECIPAZIONE ALL'ESCURSIONE

iscrizioni	on line su https://www.alpinafriulana.it/attivita/escursioni
conferma	valida solo se confermata via mail dalla Segreteria SAF entro il giorno precedente l'uscita

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 pregiudicarne 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.

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 sé 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.