CLUB ALPINO ITALIANO – SEZIONE DI MILANO
COMMISSIONE ESCURSIONISMO
Gruppo Cicloescursionismo
via Duccio di Boninsegna 21/23, 20145 Milano – tel. 0286463516 –
www.caimilano.org
CicloEscursionismo CAI Milano
CICLOESCURSIONISMO CAI MILANO

Week-End 26-27 Settembre 2026
Riviera dei Fiori

Programma
Ritrovo
Il ritrovo è fisato alle ore 10:00 presso l'Albergo Ristorante San Matteo, Via Faraldi 77, San Bartolomeo al Mare (ove pernotteremo).

Percorso
Sabato
Percorreremo la ciclabile "Riviera dei Fiori" definita la più bella di Italia. Da Cervo, attraverso il vecchio percorso della ferrovia, tra gallerie, vecchie stazioni e scorci sul mare, arriveremo ad Ospitaletti. Torneremo indietro dallo stesso percorso.

Domenica
Da Cervo percorreremo il tratto di ciclabile in direzione opposta fino ad Andora, da lì risaliremo la valle del fiume Merula, tra coltivazioni di basilico, per poi salire fino a Testico. Attraverso una strada molto panoramica percorreremo la cresta della collina, per poi scendere ad Alassio. Da lì si tornerà a Cervo e quindi all'albergo, passando da Laigueglia ed attraversando Andora.

Difficoltà e carattere della ciclo-escursione
TC (Turistico) / TC (Turistico)

Impegno fisico

Giornata	Km	Dislivello positivo	Dislivello negativo	Durata [ore]
Sabato 26 settembre	**81**	**169**	**174**	**6**
Domenica 27 settembre	**54**	**623**	**623**	**4**

SCALA DELLE DIFFICOLTA' CICLOESCURSIONISTICHE

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.
EC	(massimo livello per il **cicloescursionista... estremo**! ma da evitare in escursioni sociali): percorso su sentieri molto irregolari, caratterizzati da gradoni e ostacoli in continua successione, che richiedono tecniche di tipo trialistico.

Equipaggiamento:
OBBLIGATORI: bicicletta MTB o GRAVEL con cambio perfettamente funzionante, dispositivi di segnalazione visiva-acustica, una camera d'aria di scorta + bomboletta gonfia e ripara, casco, occhiali, guanti e borraccia.
CONSIGLIATI: pantaloncini da bici con fondello, giacca e copri-pantaloni impermeabili, zainetto, un cambio per ogni evenienza.

Quota di partecipazione:
Soci CAI :Abbonamento Cicloescursionismo 2026 + 45€
Non Soci: Abbonamento Cicloescursionismo 2026 + 45€+26€
Assicurazione
L'assicurazione copre solo gli infortuni che dovessero occorrere durante l'effettuazione degli itinerari in bicicletta.
Iscrizioni entro il 18 settembre

Cellulare: **3287283520**

CHI NON POTESSE PARTECIPARE ALL'ESCURSIONE È PREGATO CORTESEMENTE DI AVVISARE TELEFONICAMENTE GLI ACCOMPAGNATORI

N.B.: Gli Accompagnatori hanno la facoltà di modificare il programma e gli orari previsti.
All'iscrizione ritirare il presente programma e prendere visione del regolamento in Sezione o sul sito internet

Commissione Escursionismo © 2015 Club Alpino Italiano - Sezione di Milano

<u>Accompagnatori:</u> - ASC Paola Bartucci – Emiliano De Luca

N.B.: Gli Accompagnatori hanno la facoltà di modificare il programma e gli orari previsti.
All'iscrizione ritirare il presente programma e prendere visione del regolamento in Sezione o sul sito internet

 © 2015 Club Alpino Italiano - Sezione di Milano