



Club Alpino Italiano
Sezione di CASTELNOVO NE' MONTI - BISMANTOVA
Via dei Partigiani 3A
Casa del Volontariato Tel. 336 7464562
E-mail : caibismantova@alice.it
www.caibismantova.it



Escursione in mtb/a piedi al Monte Tondo

Ad un passo dalle Apuane

Domenica 1° agosto 2021

(in collaborazione con la sezione CAI di Reggio Emilia)



L'escursione Passo di Pradarena – Monte Tondo si sviluppa sul crinale appenninico tra 1.500 e 1.700 m s.l.m., tra la Garfagnana e l'Emilia, nel Parco Nazionale dell'Appennino Tosco-Emiliano, su un percorso molto vario sotto l'aspetto ambientale e paesaggistico. Attraverseremo boschi di faggio, praterie di alta quota e vaccinieti, su carraie e sentieri di facile percorribilità. Il panorama spazia dalle Alpi Apuane alle cime dell'Appennino: La Nuda, Ventasso, Cavalbianco, Cusna e Prado. In caso di buona visibilità si potranno osservare il Golfo di La Spezia e Portovenere.

Escursione a piedi

Ritrovo: Passo di Pradarena.

Orario del ritrovo: 09:00

Descrizione sintetica dell'itinerario: Nella prima parte, fino al Passo di Cavorsella, il percorso si sviluppa su carraia forestale, con breve salita su sentiero. Si prosegue sul limite del bosco di faggio con le praterie/mirtillaie. In alcuni tratti occorre fare attenzione per la sconnessione e per la ridotta larghezza del tracciato. Al Passo del Gatto si deve percorrere un breve tratto di roccia facile. L'acqua è disponibile al Passo Pradarena e al Rifugio M. Tondo.

Direttori di escursione:

Bacci Paola e Cecchi Enrico. Gli accompagnatori avranno il potere/dovere di far rispettare le misure anticovid che trovate nell'allegato 1.

Escursione in mtb

Ritrovo: Passo di Pradarena.

Orario del ritrovo: 09:45

Partenza: ore 10.00

Percorso: P. Pradarena, Passo di Cavorsella, M. Ischia, Passo Belfiore, Costa Romana, M. Tondo, Rif. M. Tondo e ritorno sullo stesso itinerario.

Direttore di escursione:

Barbantini Roberto. L'accompagnatore avrà il potere/dovere di far rispettare le misure anticovid che trovate nell'allegato 1.

Importante: Il programma descritto è di massima e potrà subire delle variazioni, secondo il giudizio insindacabile dei Direttori di escursione.

Dislivello: 500 metri, sia in salita che in discesa. Se si sale sul Monte Tondo (q. 1782 m), sono circa 100 metri di dislivello in più

Tempo di percorrenza escursionisti: 5 ore circa, escluse le soste (30 minuti in più A/R per il Monte Tondo)

Tempo di percorrenza bikers: 4 ore circa, escluse le soste

Difficoltà: E (per escursionisti) MC (per bikers)

Abbigliamento: Abbigliamento adeguato alla stagione e alla quota, con giacca antipioggia e scarpe adatte a camminare con suola scolpita. Acqua e barrette/snack. Nel bagaglio al seguito è consigliabile mettere qualche vestito per condizioni meteo avverse. Occhiali da sole e creme protettive consigliate.

Attrezzatura: per chi cammina consigliati i bastoncini. Mascherina e gel igienizzante, come da Note Operative Emergenza Covid (vedi allegato 1)

Direttori di escursione:

Bacci Paola e Cecchi Enrico. Gli accompagnatori avranno il potere/dovere di far rispettare le misure anticovid che trovate nell'allegato 1.

Partecipanti: per iscriversi dovranno compilare l'allegato 2, ed inviarlo tramite posta elettronica a

Per l'escursione: bacci.paola@virgilio.it e enrico.cecchi@telecomitalia.it.

Per il giro in mtb: roberto.barbantini@gmail.com

Al ricevimento della dichiarazione, riceveranno comunicazione scritta di accettazione dell'iscrizione.

Verrà creato un gruppo whatsapp, per scambiare informazioni, dubbi e chiarimenti, anche relativamente alle norme anti-Covid da rispettare.

Per informazioni ed iscrizioni:

Bacci Paola 338 1871045

Barbantini Roberto 338 9730861

Cecchi Enrico 335 7509856

CLUB ALPINO ITALIANO
Sede Centrale
Commissione Centrale per l'Escursionismo
Via E. Petrella 19 - 20124 Milano
Tel. 02.205723.1 - Fax 02.205723.201
www.cai.it - cce@cai.it

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

Note operative PER I 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 Sezione organizzatrice.

I partecipanti sono informati delle modalità di iscrizione e partecipazione alle attività sociali indicati dagli organizzatori e le accettano.

Chi intende aderire è consapevole che non potrà essere ammesso

- se non ha ricevuto preventiva comunicazione scritta 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 degli organizzatori.

Osservare scrupolosamente le regole di distanziamento e di comportamento:

- durante la marcia, a piedi va conservata una distanza interpersonale di almeno 2 metri, in bicicletta di almeno 5 metri. Ogni qualvolta si dovesse diminuire tale distanza, durante le soste e nell'incrocio con altre persone è obbligatorio indossare la mascherina;
- 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. Bisogna dimostrarsi civili e solidali con le popolazioni montane.

Ai partecipanti è richiesta la massima disciplina, pena l'immediata esclusione dall'escursione per comportamenti potenzialmente dannosi per gli altri Soci.

Milano, lì 04/06/2020
Commissione Centrale per l'Escursionismo
Il Presidente
Marco Lavezzo



CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE BISMANTOVA CASTELNOVO NE' MONTI MODULO DI AUTODICHIARAZIONE

Il/la Sottoscritto/a _____, nato/a a _____
() il ___/___/_____, recapito telefonico _____ nel chiedere di essere ammesso a partecipare alla "Escursione in mtb/a piedi al Monte Tondo" organizzata dalla Sezione BISMANTOVA CASTELNOVO NE' MONTI in data 01/08/2021, consapevole che chiunque rilascia dichiarazioni mendaci è punito ai sensi del codice penale e delle leggi speciali in materia, ai sensi e per gli effetti dell'art. 46 D.P.R. n. 445/2000

DICHIARA

- 1) di aver preso visione delle disposizioni operative impartite ai partecipanti dalla Sezione organizzatrice nonché delle condizioni legittimanti l'iscrizione e la partecipazione all'escursione in premessa e di accettarle integralmente senza riserve, impegnandosi a rispettare scrupolosamente, durante l'escursione, le direttive impartite dagli accompagnatori responsabili dell'attuazione delle misure anticovid, designati dalla Sezione organizzatrice;
- 2) di essere consapevole e di accettare che, in caso di violazione di uno dei punti richiamati, potrà essere escluso dall'escursione;
- 3) di non presentare sintomi influenzali riconducibili alla malattia COVID-19 (temperatura corporea oltre 37,5 °C e sintomi di infezione respiratoria quali la tosse), di non essere a conoscenza di aver avuto negli ultimi 14 giorni contatti con soggetti positivi al COVID-19, di non essere sottoposto a regime di quarantena (isolamento domiciliare).

Data: _____ Firma _____

INFORMATIVA SUL TRATTAMENTO DEI DATI PERSONALI - ART. 13 REGOLAMENTO UE 2016/679

La Sezione BISMANTOVA CASTELNOVO NE' MONTI La informa che ai sensi Regolamento (UE) 2016/679 (di seguito "Regolamento") il trattamento dei Suoi dati personali sarà improntato ai principi di correttezza, liceità, trasparenza e di tutela della Sua riservatezza e dei Suoi diritti.

Oggetto del trattamento. Raccogliamo dati personali da Lei forniti in occasione dell'iscrizione all'escursione in premessa.

Finalità e basi giuridiche del trattamento dei dati. I Suoi Dati sono trattati con il Suo preventivo consenso, ai fini dell'applicazione delle Decreto del 23/02/2020, n.06 recante "Misure urgenti in materia di contenimento e gestione dell'emergenza epidemiologica da COVID-19".

Modalità del trattamento dei dati. Il trattamento dei Suoi Dati è effettuato sia in modalità cartacea che informatizzata, conservati per il periodo di tempo necessario allo svolgimento delle procedure di gestione dell'escursione. Il conferimento dei Dati per le finalità di cui sopra è necessario e obbligatorio e l'eventuale rifiuto di fornire tali dati comporta l'impossibilità di partecipare all'escursione. I Dati non saranno diffusi né trasferiti in Paesi extra UE.

Diritti dell'interessato. Lei si può rivolgere, se non ricorrono le limitazioni previste dalla legge, in qualsiasi momento al Titolare del trattamento, nonché Legale Rappresentante del CAI, avv. Vincenzo Torti – presidente.generale@cai.it - per l'esercizio dei Suoi diritti cui agli art. 15 ss. del Regolamento. Potrà in qualsiasi momento esercitare tali diritti: inviando una raccomandata a.r. all'indirizzo del Titolare o inviando una email all'indirizzo di posta elettronica: privacy@cai.it.

Per conoscenza e accettazione.

Firma _____