



La Scuola
Intersezionale di
Cicloescursionismo
ed Escursionismo
CICLOALP
presenta il:

13° CORSO INTERSEZIONALE DI CICLOESCURSIONISMO IN MOUNTAIN BIKE CE1/26

8 Aprile - 21 Giugno 2026

Programma

LEZIONI TEORICHE

08/04/2026 - dalle 20,30 - TORINO MONTE DEI CAPPUCINI

Presentazione del corso e a seguire:

L'escursionismo secondo il Cai. Il Cai e il ruolo delle Sezioni.

16/04/2026 - ore 21,00 - CAI PIANEZZA

Alimentazione, preparazione fisica e coordinamento.

Equipaggiamento e materiali specifici per il cicloescursionismo.

05/05/2026 - ore 21,00 - CAI ALPIGNANO

Ambiente, paesaggio e cultura dell'andare in montagna. Sentieristica.

19/05/2026 - ore 21,00 - CAI CHIVASSO

Cartografia e orientamento. Cartografia digitale e introduzione al GPS

04/06/2026 - ore 21,00 - CAI VENARIA

Meteorologia. Soccorso Alpino

16/06/2026 - ore 21,00 - CAI VOLPIANO

Organizzazione di un'escursione. Scala delle difficoltà.

Gestione e riduzione del rischio.

USCITE IN AMBIENTE

12/04/2026 - REANO/MONCUNI

Uscita di prova. Verifica attrezzatura e valutazione attitudinale.

19/04/2026 - CASELETTE

Modulo TC, campo scuola. Breve escursione - fondamentali TC

10/05/2026 - PARCO DI SUPERGA

Meccanica di base. Breve escursione fondamentali TC

24/05/2026 - PINEROLO

Modulo MC, campo scuola. Breve escursione - fondamentali.

07/06/2026 - TAVAGNASCO

Pump track, campo scuola e cicloescursione con orientamento, meteo e lettura del paesaggio.

20-21/06/2026 - Uscita in ambiente di due gg., FINALE LIGURE (SV)

Mettere in pratica quanto appreso durante tutto il percorso formativo.

Si tratta di un **Corso finalizzato** a fornire gli elementi per un primo approccio all'**ATTIVITÀ CICLOESCURSIONISTICA IN MOUNTAIN BIKE**.

DESTINATARI:

Soci con sufficiente autonomia ciclistica e che si avvicinano al cicloescursionismo. Bikers che vogliono approfondire culturalmente e tecnicamente questa disciplina del Cai.

FINALITÀ

Educare alla conoscenza, al rispetto, alla tutela e alla frequentazione consapevole e in sicurezza della montagna in mtb. Trasmettere le nozioni culturali, tecniche e pratiche per saper organizzare in autonomia e con competenza cicloescursioni in ambiente su percorsi con difficoltà TC (turistico) percorso su strade sterrate dal fondo compatto e scorrevole, di tipo carrozzabile ed MC (cicloescursionisti di media capacità tecnica) Percorso su sterrate con fondo poco irregolare (tratturi, carrarecce...) o su sentieri con fondo scorrevole.

Costi e requisiti

Per frequentare i corsi è requisito indispensabile essere socio CAI in regola con il tesseramento annuale 2026 ed avere compiuto 16 anni (i minori devono presentare autorizzazione scritta da chi esercita la patria potestà).

La quota di partecipazione è di 130 euro, e comprende l'organizzazione, i supporti didattici e l'assicurazione infortuni. **Iscrizione al CAI non inclusa.** I costi dei viaggi e dei pasti sono a carico di ciascun partecipante.

IBAN: IT 23N 02008 30370 00000 1389768

Intestazione conto: Club Alpino Italiano Sezione di Chivasso

Causale: Iscrizione corso CE1 2026

Per l'iscrizione occorre consegnare:

- scheda di adesione debitamente compilata e firmata
- la quota di partecipazione
- il certificato medico di sana e robusta costituzione obbligatorio valido fino a fine corso
- 1 fototessera anche in formato digitale

Dotazione minima richiesta:

Mountain bike in buono stato equipaggiata con freni a disco e forcella ammortizzata e casco omologato obbligatorio. Nel corso della prima lezione teorica verranno indicati i dettagli sul resto dell'equipaggiamento. Le uscite pratiche svolgendosi in ambiente naturale e mantenendo quindi una potenzialità di rischio imprevedibile, devono essere affrontate con un minimo di preparazione fisica e tecnica indispensabili per la buona riuscita del corso; è inoltre richiesta idonea attrezzatura e adeguato equipaggiamento per garantire la necessaria sicurezza. Durante l'uscita di prova verrà valutata la presenza di tali requisiti ed eventualmente restituita parte della quota di partecipazione (100€)

Le sedi delle lezioni e le destinazioni per le uscite potranno subire variazioni e verranno comunicate con congruo anticipo.

Link e QR code preiscrizione diretta:

<https://forms.gle/KZXMuByscgjJ3UuJ9>

La preiscrizione non comporta nessun obbligo, l'iscrizione si formalizzerà durante la serata di presentazione del Corso.



Per informazioni e preiscrizioni contattare:

DIRETTORE: Giuseppe Guala (ANC) - 338.2916598

Vice direttore: Matteo Bourcet (AC) - 347.1373974

Vice direttore: Giampiero Moscato (AC) - 348.3400934

Segretario: Marco Mattutino (AC) - 329.6135205

