



# DOMENICA 7 APRILE 2024

Gita ciclo escursionistica in mtb / e-mtb  
sulle ciclabili del lago di Comabbio e di Varese  
da Sesto Calende (VA)



## Programma ciclo escursione:

Ritrovo: Sede CAI Sesto Calende (VA) Via Piave 103 - alle ore 8

piccola riunione per controllo mezzi e dotazioni e principali indicazioni dell'organizzazione della ciclo escursione.

Partenza: ore 8.30 - T. stimato: 4.30 h – Rientro previsto: ore 13.00 circa (soste comprese) si consiglia di portare merenda/pranzo al sacco

## Percorso:

Dislivello salita (m): 310 - Dislivello discesa (m): 310

Quota di partenza (m): 236 - Quota vetta (m): 278

Lunghezza (km): 54,40 - Difficoltà: TC/MC\*

\* La doppia sigla si riferisce alla "scala delle difficoltà" del percorso (secondo quanto indicato dal Gruppo di Lavoro CCE ciclo escursionismo CAI) e indica, rispettivamente la difficoltà in salita/discesa.

## Descrizione dell'itinerario:

Domenica 7 Aprile 2024 si aprirà la prima stagione cicloescursionistica CAI per la sezione di Sesto Calende, questa prima uscita sarà un'uscita di livello base con lo scopo di presentare il programma stagionale con la possibilità di creare un gruppo di cicloescursionismo stabile e sempre più numeroso.

Questa cicloescursione in MTB di livello base, richiede comunque un buon allenamento soprattutto per la distanza prevista. Richiede abilità di guida intermedie. Il punto di partenza è in prossimità del parcheggio antistante la sede CAI di Sesto Calende. Dalla sede CAI attraverso strade secondarie e sentieri si attraverseranno le località di San Giorgio e Oriano fino ad arrivare all'abitato del comune di Mercallo dei Sassi, da qui si scenderà verso l'attacco della ciclabile del lago di Comabbio, attraversando la strada ad alto scorrimento per tanto si richiede quindi massima attenzione. Da qui salvo piccolissimi tratti la nostra escursione si svolgerà su pista ciclabile, chiusa al traffico se non per qualche intersezione per raggiungere fondi privati, si ricorda che i pedoni avranno sempre la precedenza. Durante il percorso di questa ciclabile sarà possibile ammirare alcuni punti significativi dell'itinerario come «l'emissario Brabbia», «il canneto di Mercallo» ed «il parco pubblico di Ternate. Arrivati nel comune di Varano borghi si giungerà al punto di raccordo per raggiungere la ciclabile del lago di Varese, da qui costeggiando la palude Brabbia si raggiungerà la località Cassinetta nel comune di Biandronno dove inizierà il giro ad anello del lago di Varese, sempre e solo su percorso ciclabile.

Lungo il percorso di questa ciclabile sarà possibile ammirare diversi punti di interesse naturalistico, storico e artistico come l'isolino Virginia di Biandronno, la madonnina del lago di Azzate, le famose ghiacciaie di Cazzago Brabbia ecc.

Chiudendo l'anello del lago di Varese si rientrerà sul percorso del lago di Comabbio per far rientro al punto di partenza ripercorrendo a ritroso il percorso iniziale.



C.A.I. SEZIONE DI  
**SESTO CALENDE**

#### **Regole di base per la ciclo escursione:**

- Gli accompagnatori si riservano di modificare il percorso in base alle condizioni meteorologiche, del percorso o dei partecipanti;
- È obbligatorio l'uso dei guanti e del casco che deve essere mantenuto correttamente posizionato e allacciato per l'intera escursione, con la sola esclusione delle pause;
- Mountain bike, muscolare o assistita, purché in buone condizioni e idonee per tracciati misti con gomme non usurate;
- Abbigliamento ciclistico adatto alla stagione e mantellina (si consiglia maglia di scorta)
- Occhiali, si consiglia uso di lenti non colorate per i passaggi in ambiente boschivo;
- Disporre di kit foratura con camera d'aria di scorta, falsa maglia adatta alla propria catena, attrezzo multiuso, smaglia catena;
- Borraccia con acqua e alimenti energetici o similari per attività sportiva;
- Seguire le indicazioni dei direttori della ciclo escursione;
- Il direttore dell'escursione dispone di kit di primo soccorso si consiglia comunque di disporre di kit primo soccorso personale
- L'organizzazione durante l'escursione disporrà di APRIPISTA e CHIUDIPISTA, è tassativamente vietato superare l'APRIPISTA a meno che non gli venga dato permesso dallo stesso;
- Nessuno può volontariamente lasciare la ciclo escursione senza avvisare il direttore che comunque avrà la facoltà di decidere se consentire o meno l'allontanamento in base alle condizioni e/o se decide di far accompagnare fino al punto di ritorno;
- Nei tratti strada aperti al traffico veicolare i partecipanti sono tenuti a rispettare il codice della strada;
- Tessera CAI 2023 in regola con bollini o assicurazione rilasciata in fase di iscrizione.

#### **Contatti per informazioni e iscrizioni:**

Michele Rinaldin – 392 940 0029 – [michele.rinaldin@gmail.com](mailto:michele.rinaldin@gmail.com)

CAI Sesto Calende - 351 997 1667 - [cai.sestocalende@libero.it](mailto:cai.sestocalende@libero.it)

Costo iscrizione € 15 per i non soci CAI (costo dell'assicurazione giornaliera)

Iscrizioni presso la sede CAI entro Venerdì 05 Aprile 24

Oraria apertura sede CAI tutti i Venerdì sera dalle ore 21