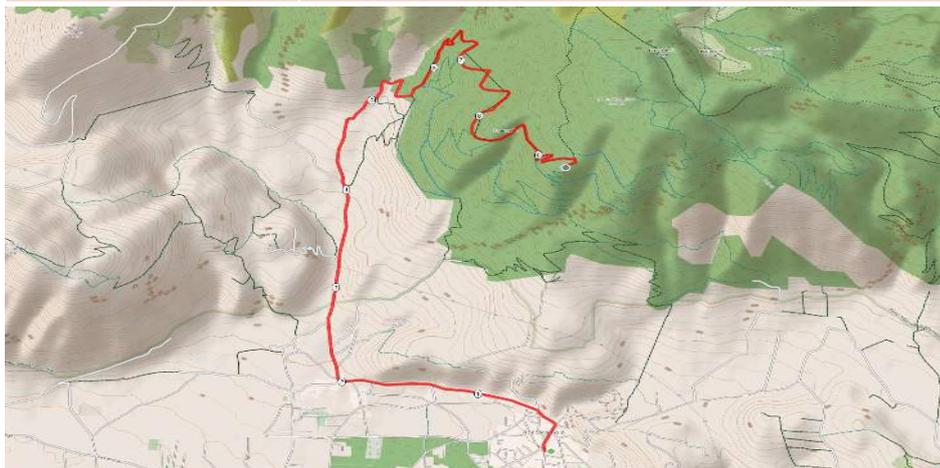


Cicloescursionismo	Foresta Demaniale di Roccarainola di sera in MTB - Belvedere del Dottoriello.(710 mt)
Gruppo Montuoso	Monti del Partenio
Data	Giovedì 08/08/2024
Direttori	Massimo Parisi – (329.0447269) – Alfredo D’Angelo (392.7355803)



Difficoltà'	MC/BC – (per cicloescursionisti di media capacità tecnica)
Dislivello +	697 mt
Durata	5 ore (compreso soste)
Lunghezza	20,00 km
Tipologia	A/R
Ritrovo	Piazza San Giovanni, Roccarainola 44 (Na) 40.970420, 14.561087 Parcheggio Uff. Postale.
Partenza	Ore 19:00 PM
Punti acqua	1° Piazza San Giovanni, Roccarainola (Na), 2° - 9km. 2° Via Pasquale Cirillo Km 2
Percorso	Singletrack: 130 m; Sentiero: 3,86 km; Strada d’accesso: < 100 m; Strada secondaria: 2,02 km; Strada: 3,68 km. SUPERFICI: Non asfaltata: 3,87 km; Sterrato: 115 m; Lastricato: 5,67 km; Sconosciuta: < 100 m.
Itinerario	Carta Sentieri del Partenio: sentieri CAI 235 e 236 (parzialmente)
Criticita'	Esistono stati con moderata pendenza. Il percorso è classificato TC/TC. Necessaria mountain bike o bici gravel. Non adatto a BDC.
Allenamento	Adatta ad escursionisti mediamente allenati (*) che non hanno problemi nell’alternare variazioni di quota .
Attrezzatura	OBBLIGATORIA: casco, kit riparazione tubless e/o camera d’aria, maglie catena, scarpe da Mtb o Trekking leggere, maglietta termica di ricambio,indumenti di protezione da freddo/pioggia/vento, luci da mtb a batteria; CONSIGLIATA: attrezzo multitool, guanti, dotazioni personali di acqua, barrette energetiche, sali minerali, ricevitore GPS o smartphone con l’app GeoResQ installata, cardiofrequenzimetro, radio PMR(personal mobile radio, 446 MHz)
Partecipazione	<u>Per PARTECIPARE e’ OBBLIGATORIO prenotarsi chiamando i direttori di escursione e certificare il possesso di un certificato medico di sana e robusta costituzione.</u>

Descrizione del percorso: Il giro cicloturistico notturno partirà dalla Piazza San Giovanni di Roccarainola e si dirigerà verso l'entrata della Foresta Demaniale di Roccarainola. Il percorso, prevalentemente stradale con un piccolo tratto di sentiero facile, prevede un dislivello di circa 600-700 metri. La destinazione finale sarà la suggestiva Veduta del Dottoriello, dove si consumerà la cena al sacco sotto le stelle. Il ritorno avverrà sullo stesso itinerario.

Foresta Demaniale di Roccarainola: Situata all'interno del Parco Regionale del Partenio, la Foresta Demaniale di Roccarainola si estende su una superficie di circa 950 ettari. Questo splendido bosco, a due passi da Napoli, offre una vegetazione lussureggiante composta da faggi, castagni, querce e lecci. La foresta è un rifugio per numerosi animali selvatici come tassi, cinghiali e volpi, oltre a diverse specie di uccelli, tra cui il falco pellegrino e la poiana.

Veduta del Dottoriello: La Veduta del Dottoriello, conosciuta anche come Veduta del Sindaco, è famosa per i suoi panorami mozzafiato. Questo punto panoramico sarà il luogo ideale per una cena al sacco sotto le stelle.

Informazioni importanti per i partecipanti:

Puntualità: Si raccomanda la massima puntualità per garantire una partenza regolare.

Rifiuti: Non lasciare rifiuti nel bosco. Rispettiamo la natura!

Attrezzatura: Portare attrezzatura adeguata per escursioni notturne. Luci da MTB **OBBLIGATORIE!**

Osservazione delle stelle: La notte dell'8 agosto 2024 sarà ideale per osservare le stelle, con la possibilità di vedere le meteore delle Nord Delta Aquaridi.

Cena: SI PREGA I PARTECIPANTI DI PROVVEDERE PER LA CENA AL SACCO PRIMA DELLA PARTENZA DELLA CICLOESCURSIONE.

Registrazione: La registrazione è obbligatoria entro martedì sera. Comunicare l'adesione a:
Massimo Parisi
Alfredo D'Angelo

