



E TI VENGO
A CERCARE

IL CALENDARIO
DELLE ATTIVITÀ
2026



CLUB ALPINO ITALIANO
SEZIONE DI FERMO





CICLO-ESCURSIONISMO

Il cicloescursionismo nel CAI Fermo nasce sotto la spinta di alcuni soci che, praticando questa disciplina, hanno fortemente voluto che si formasse il gruppo "Monti e Vai". Finalmente nel novembre 2008 avviene il riconoscimento ufficiale del ciclo-escursionismo come attività istituzionale del CAI ed è stato creato un codice di autoregolamentazione insieme ad una scala delle difficoltà. Le finalità sono in sintonia con quanto espresso dallo statuto del CAI: promuovere la conoscenza e la frequentazione della montagna a difesa dell'ambiente naturale nel rispetto degli altri fruitori e della sicurezza. Non fanno sicuramente parte della nostra filosofia l'agonismo, le corse e la velocità, perché per noi ogni escursione è un pretesto per pedalare in compagnia con un solo obiettivo, il divertimento. Ogni anno il gruppo "MontieVai" inserisce in calendario diverse escursioni con varie difficoltà, adatte alle diverse capacità tecniche e fisiche dei soci. Alle escursioni possono partecipare tutti i soci del CAI Fermo e delle altre sezioni del territorio in regola con il tesseramento. Possono aderire anche i non soci, purché si presentino personalmente in sede, compilando il relativo modulo e versando la quota per l'Assicurazione obbligatoria Infortuni e Soccorso Alpino. Le locandine complete delle ciclo-escursioni saranno inviate all'elenco del gruppo tramite whatsapp.

CLASSIFICAZIONE DELLE DIFFICOLTÀ

Vengono separate le valutazioni della difficoltà fisico/atletica e della difficoltà tecnica di un percorso. L'identificazione delle difficoltà di un percorso si esprime mediante una delle seguenti sigle per la salita ed una per la discesa rispettivamente, separate da una barra (sigla/sigla): TC – MC – BC – OC – EC. Significativi tratti pianeggianti rientrano nella sigla relativa alla salita. Alle sigle può essere aggiunto il segno + se sono presenti tratti significativi con pendenze sostenute. Il criterio per individuare una sigla è il tipo di fondo prevalente, secondo le seguenti didascalie (dove per "sconnesso" si intende un fondo non compatto e cosparso di detriti; si considera "irregolare" un terreno non scorrevole segnato da solchi, gradini e/o avvallamenti).

TC = turistico Percorso su strade sterrate dal fondo compatto e scorrevole, di tipo carrozzabile. Rientrano sotto questa sigla tutti i percorsi che si svolgono su strade agevolmente percorribili dalle comuni autovetture: sterrati inghiaati, tratturi inerbiti o di terra battuta senza solchi, ecc.; anche se esulano dal ciclo-escursionismo, si faranno rientrare sotto questa sigla le strade pavimentate (asfaltate, cementate, acciottolate, lastricate...). Richiede un uso corretto del mezzo e capacità ciclistica di base.

MC = per ciclo-escursionisti di media capacità tecnica. Percorso su sterrate con fondo poco irregolare (tratturi, carrarecce ...) o su sentieri con fondo scorrevole. Tutte le strade rientranti nelle categorie di tratturi, carrarecce, piste agro-silvo-pastorali o di servizio a impianti, strade militari alpine ecc., che sono agevolmente percorribili da veicoli fuoristrada e non da una comune autovettura, segnate da solchi e/o avvallamenti o con presenza di detrito che



CICLO-ESCURSIONISMO

non penalizza la progressione (ma che induce a cambiare la traiettoria per cercare un passaggio più agevole). Mulattiere selciate, sentieri inerbiti o in terra battuta, con fondo scorrevole, senza ostacoli (solchi, gradini) rilevanti, dove l'unica difficoltà di conduzione è data dalla presenza di passaggi obbligati che impongano precisione di guida. Richiede capacità di conduzione in passaggi obbligati, saper applicare la tecnica del fuori-sella, un minimo di equilibrio e conduzione attiva, oltre a un uso corretto del mezzo e buona padronanza dei fondamentali della ciclistica base.

BC = per ciclo-escursionisti di buone capacità tecniche. Percorso su sterrate molto accidentate o su mulattiere e sentieri dal fondo abbastanza scorrevole ma irregolare, con qualche ostacolo naturale (per es. gradini di roccia o radici). Strade sterrate percorribili solo ed esclusivamente da veicoli fuoristrada, dal fondo irregolare o molto irregolare, con solchi e piccoli gradini. Mulattiere e sentieri dal fondo irregolare con presenza significativa di modesti ostacoli elementari sufficientemente distanziati. Richiede applicazione di tutti i fondamentali, buona conduzione e precisione di guida in passaggi obbligati, da discreto a buon equilibrio, capacità di superare ostacoli semplici in piano, in salita e in discesa, capacità di conduzione attiva, ricerca della massima aderenza in salita.

OC = per ciclo-escursionisti di ottime capacità tecniche. Percorso come per il BC ma su sentieri dal fondo molto irregolare, con presenza significativa di ostacoli. Mulattiere e sentieri con presenza di frequenti ostacoli composti e in rapida successione (grossi ciottoli, detrito grossolano, gradoni, radici, tornantini..) Richiede padronanza di tutti i fondamentali, ottimo equilibrio, massima sensibilità, grande precisione di guida, ottime capacità di conduzione attiva a bassa velocità e di applicazione di diverse tecniche in contemporanea a causa della rapida successione di ostacoli composti, senza peraltro la necessità di dover applicare tecniche trialistiche.



CICLO-ESCURSIONISMO

MARZO

Data	Località	Disl.	Diff.	Direttore
08	-	-	MC/MC	S. Longarini

MTB in Rosa insieme all'escursionismo

In occasione della Festa della Donna, il gruppo MTB si unisce all'escursionismo per un programma tutto al femminile. Il programma dettagliato sarà comunicato con ampio anticipo. Uscita aperta a MTB e Gravel.

Info: Sabrina Longarini 3393066070

Data	Località	Disl.	Diff.	Direttore
21	Fermo e dintorni	900	MC/MC	M. Testatonda

Giro delle 10 Contrade

Cicloescursione per le strade bianche di Fermo. Passeremo le 10 contrade che partecipano al Palio dell'Assunta. L'itinerario dettagliato sarà comunicato con ampio anticipo a tutti i soci. Uscita aperta a MTB e Gravel.

Info: Mauro Testatonda 3473622388

APRILE

Data	Località	Disl.	Diff.	Direttore
12	Appennino umbro marchigiano	-	MC/MC	L. Monelli

Intersezionale con la Sezione CAI di Macerata- "Pedala con Franco"

Il programma dettagliato sarà comunicato con ampio anticipo.

Info: Lorenzo Monelli 3409109257

26	Filottrano	-	MC/MC	S. Longarini
----	------------	---	-------	--------------

Le strade 'mbrecciade di Filottrano

Un susseguirsi di "mangia & bevi" su strade bianche con panorami che spaziano dai monti al mare. Il programma dettagliato sarà comunicato con ampio anticipo. Uscita aperta a MTB e Gravel.

Info: Sabrina Longarini 3393066070



CICLO-ESCURSIONISMO

MAGGIO

Data	Località	Disl.	Diff.	Direttore
10	Monte Pennino	900	MC/MC	A. Ribichini

Monte Pennino

Una escursione con panorami a 360 gradi sugli Altopiani di Colfiorito

Info: Adriano Ribichini 3713701063

Data	Località	Disl.	Diff.	Direttore
30-31	Appennino Perduto	900	MC+/BC	L. Offidani

Intersezionale con la Sezione CAI di Bologna

Tra l'Appennino Perduto e Laga: Due cicloescursioni alla scoperta delle frazioni abbandonate di Acquasanta e dei bellissimi sentieri nei boschi della Laga. Il programma dettagliato sarà comunicato con ampio anticipo

Info: Leonardo Offidani 3333644566

GIUGNO

Data	Località	Disl.	Diff.	Direttore
28	Monti Sibillini	-	TC/MC	L. Monelli

La Montagna si tinge di Rosa

LUGLIO

Data	Località	Disl.	Diff.	Direttore
5	Monti Sibillini	900	MC/MC	S. Catini

Castelluccio e la fiorita

Dopo qualche anno di assenza torna un classicissimo: il giro alto di Pian Grande di Castelluccio per ammirare la fioritura delle lenticchie. Partenza e arrivo da Forca di Presta.

Info: Simone Catini 3357376123



CICLO-ESCURSIONISMO

AGOSTO

Data	Località	Disl.	Diff.	Direttore
1	Falerone		TC/TC	G. Isidori

Pedalata & Grigliata a San Paolino di Falerone

Appuntamento annuale che riunisce il Gruppo MontieVai davanti ai bracieri, al termine di una pedalata nelle colline vicine.

Info: Giampiero Isidori 3471220945

OTTOBRE

Data	Località	Disl.	Diff.	Direttore
4	Monti della Laga	1500m	MC+/BC	L. Offidani

Jacci di Verre e il Piantone di Nardo –
Intersezionale con la Sezione CAI di Ancona

Giro ad Anello che da Valle Castellana ci porterà in quota fino ai Jacci di Verre con vista privilegiata sul Gran Sasso. Lungo il percorso sarà possibile ammirare il castagno secolare detto "Piantone di Nardo".

Info: Leonardo Offidani 3333644566

USCITE IN NOTTURNA

Nei mesi di Maggio, Giugno, Luglio, Agosto e Settembre, tutte le settimane, di mercoledì o venerdì sera, ci si ritroverà per un'uscita Mountain-Bike in notturna. Si tratta di un'occasione infrasettimanale per ritrovarsi e pedalare insieme. Oltre alla consueta dotazione, è necessario essere forniti di una adeguata illuminazione notturna, ovvero: lampada frontale e/o lampada da manubrio di buona luminosità per affrontare sentieri completamente bui, insieme alla luce posteriore e giubbotto (o bretelle) catarifrangenti per affrontare i tratti di strada. L'orario, il punto di partenza e l'itinerario verranno decisi di volta in volta all'inizio della settimana.

Info: Lorenzo Monelli 340 9109257

