



11 maggio 2024 **MOUNTAINBIKE - TECNICA DI GUIDA BASE**

Bolzano – Bosco di Monticolo – Bolzano

Questa uscita è intesa come corso base di tecnica di guida (sia in salita che in discesa) di mountainbike. Durante quest'uscita ci inoltreremo lungo le strade forestali e i sentieri del bosco di Monticolo. Inoltre, vi mostreremo come si cambia la camera d'aria in caso di foratura.

CASCO obbligatorio!



Punto di partenza:	Bolzano, ciclabile lungo l'Isarco, ponte Resia	
Orario di partenza:	h 14:00	
Punto di arrivo:	Bolzano, ciclabile lungo l'Isarco, ponte Resia	
Orario di arrivo	h 18:00	
Composizione tracciato:	75% strada forestale e sentieri, 25% asfalto	
Quota massima raggiunta:	Bosco di Monticolo, 600 m s.l.m.	
Dislivello:	in salita m. 350 ca.	in discesa m. 350 ca.
Distanza percorsa:	20-25 km	
Ore di pedalata stimate:	2h e 30 minuti	
Percorso adatto per:	MTB, E-MTB, Gravel con ruote tassellate	

Partenza ore 14:00 del 11 maggio 2024
dalla **Ciclabile lungo l'Isarco, Ponte Resia, lato Sud**

Accompagnatori: Davide Bertoldi (+43 650 7500816) e Gianluca (+39 349 1483371).

Quota da versare al momento dell'iscrizione: 5€