

# Club Alpino Italiano

## Sezione di Avezzano

Gruppo Cicloescursionismo

### “MarsiBike”

c.p. 284 Via G.Mazzini n. 32 67051 Avezzano AQ  
Tel 333/5720691 [www.caiavezzano.it](http://www.caiavezzano.it) [avezzano@cai.it](mailto:avezzano@cai.it)  
Tel 366/4101528 [marsibike@alice.it](mailto:marsibike@alice.it)

## PROGRAMMA 2010 CICLOESCURSIONISMO

### APRILE

#### DOMENICA 11

VALICO DEL SALVIANO-CUNICELLA

Dislivello: 343 Km: 24

Tipo: XC Difficoltà: media

Difficoltà tecnica : MC / TC

Sono state previste varianti per soddisfare le esigenze dei principianti

<http://www.mtb4all.net/itinerari/itinerari-mtb/218-abruzzo-avezzano-boschetto-cunicella-aq>

### MAGGIO

#### DOMENICA 2

FONTE CAPOLAMAINA-FIOCCODINEVE-METANODOTTO

Dislivello: 630 Km: 36,7

Tipo: XC Difficoltà: facile

Difficoltà tecnica : MC / MC

Per i meno allenati è possibile partire ed arrivare a Castelnuovo con un risparmio di Km 17

<http://www.mtb4all.net/itinerari/itinerari-mtb/216-abruzzo-forme-fonte-capo-la-maina>

### **DOMENICA 16**

**FORME – CASALE DA MONTE**  
**CICLOPASSEGGIATA PER TUTTI, DONNE, BAMBINI E NONNI COMPRESI**  
**Dislivello: 130 Km: 3,5**

**Tipo: passeggiata Difficoltà: facile**

Difficoltà tecnica : TC / TC

<http://www.mtb4all.net/itinerari/itinerari-mtb/281-abruzzo-avezzano-colle-pelato-aq>

### **DOMENICA 23**

**ANELLO DELLA SS.TRINITA'**  
**Dislivello: 1230 Km: 49**

**Tipo: XC Difficoltà: impegnativo**

Difficoltà tecnica : MC / MC

<http://digilander.libero.it/paolaegino/itinerario43.htm>

## **GIUGNO**

### **DOMENICA 13**

**PESCASSEROLI - TERRAEGNA**  
**Dislivello: 860 Km: 37**

**Tipo: XC Difficoltà: media**

Difficoltà tecnica : MC / MC

<http://digilander.libero.it/paolaegino/itinerario93.htm>

## **LUGLIO**

### **DOMENICA 4**

**AIELLI – GIRO DEI PRATI DI S.MARIA**  
**Dislivello: 920 Km: 35**

**Tipo: XC Difficoltà: impegnativo**

Difficoltà tecnica : BC / BC

<http://www.mtb4all.net/itinerari/itinerari-mtb/220-abruzzo-aielli-anello-prati-smaria>

**DOMENICA 25**

**ROCCA DI MEZZO - GIRO DEL RIFUGIO SEBASTIANI**

**Con possibilità di risalita meccanizzata**

**Dislivello: 1015 Km: 38**

**Tipo: XC Difficoltà: medio-impegnativo**

Difficoltà tecnica : MC / MC

<http://digilander.libero.it/paolaegino/itinerario69.htm>

**AGOSTO**

**DOMENICA 29**

**AVEZZANO-FORME-RIFUGIO MAGRINI CON DISCESA SULLE PISTE DI SCI**

**Dislivello: 1512 Km: 51**

**Tipo: All Mountain Difficoltà: impegnativo**

Difficoltà tecnica : BC / MC

<http://www.mtb4all.net/itinerari/itinerari-mtb/279-abruzzo-avezzano-giro-del-rifugio-magrini-aq>

**SETTEMBRE**

**DOMENICA 19**

**GIRO DEL SIRENTE**

**Dislivello: 1500 Km: 61**

**Tipo: XC Difficoltà: impegnativo**

Difficoltà tecnica : MC / MC

<http://www.mtb4all.net/itinerari/itinerari-mtb/277-abruzzo-giro-del-sirente-aq>

**DOMENICA 26**

**RIFUGIO TELESPAZIO**

**Dislivello: 1270 Km: 48**

**Tipo: All Mountain Difficoltà: impegnativo**

Difficoltà tecnica : BC / MC

[http://www.mtb4all.net/index.php?option=com\\_content&view=article&id=215:abruzzo-rifugio-tele spazio-da-forme-siona-aq&catid=16:itinerari-mtb&Itemid=100007](http://www.mtb4all.net/index.php?option=com_content&view=article&id=215:abruzzo-rifugio-tele spazio-da-forme-siona-aq&catid=16:itinerari-mtb&Itemid=100007)

Chiunque fosse interessato ad effettuare escursioni in date diverse da quelle contemplate dal programma può liberamente contattare il referente Sig, Enrico Lucci, tel. 3664101528.