



www.triangolodoromountainbike.org
triangolodoromonvisomtb@gmail.com



Gazzetta



TRIANGOLO D'ORO MONVISO MTB

Progetto per la valorizzazione del territorio a fini turistici

Il progetto è dedicato a chi ama praticare il **cicloescursionismo in mountainbike** per sentirsi immerso e coinvolto da natura e territorio, storia, arte, cultura e tradizioni tramandataci nei millenni.

Un progetto intorno al Re di Pietra, alla piramide inconfondibile che sventta con i suoi 3.841 metri.

Oltre 2000 Km percorribili in mountain bike, individuati sui territori di 39 Comuni, in tutte le 6 grandi valli del cuneese legate al Monviso: Stura, Grana, Maira, Varaita, Bronda e Po.

È una grande rete di oltre 50 percorsi ad anello che possono soddisfare tutti i gradi di difficoltà, dal molto facile al facile, dal difficile al molto difficile, in base alle necessità e alle esigenze dei cicloescursionisti.

QUANDO

Fine maggio - inizio giugno nelle terre alte.

Da maggio a ottobre/novembre sulle terre medie, a seconda delle nevicate.

Da marzo/aprile a tutto novembre nelle terre medie e basse.

COME

- Richiedendo la brochure informativa presso gli IAT turistici di Cuneo e Provincia, www.nagoy.com e presso i vari tour operator
- Consultando le indicazioni sul territorio
- Consultando le offerte e i "pacchetti visita" dell'agenzia turistica www.nagoy.com e presso i vari tour operator
- Seguendo le indicazioni sul territorio



DOVE

Le località del Bike Resort MONVISO MTB sono:

ACCEGLIO - AISONE
 BELLINO - BRONDELLO - BROSSASCO
 BUSCA - CARAGLIO - CARTIGNANO - CASTELLAR
 CASTELDELFINO - CASTELMAGNO
 CRISSOLO - DEMONTE - GAMBASCA - ISASCA
 FRASSINO - LEMMA DI ROSSANA - MANTA
 MARTINIANA PO - MELLE - MONTEMALE
 MONTEROSSO GRANA - ONCINO - OSTANA
 PAESANA - PAGNO - PONTECHIANALE
 PRADLEVES - REVELLO - SALUZZO
 SAMPEYRE - SAN DAMIANO MACRA
 SANFRONT - TETTI DI DRONERO
 VALGRANA - VALMALA - VENASCA
 VILLAR SAN COSTANZO - VINADIO



NORME E RACCOMANDAZIONI

DI ELEMENTARE EDUCAZIONE
 E AUTOREGOLAMENTAZIONE DEI COMPORTAMENTI

L'attività presentata in questo progetto di cicloescursionismo con Mtb, comporta una percentuale di rischio + 0 - elevata a secondo dei luoghi, delle situazioni e delle condizioni dei luoghi in cui viene praticata.

È responsabilità dell'utilizzatore e praticante la mountain bike, il libero e personale utilizzo di quanto proposto e indicato, nel presente Progetto "Triangolo d'Oro Monviso Mountainbike". Gli autori del Progetto, anche in considerazione che l'attività in Mtb si svolge in ambienti che normalmente e naturalmente sono sottoposti a mutamento delle condizioni, non possono essere ritenuti responsabili per incidenti, inconvenienti e/o infortuni di qualsiasi tipo, natura e gravità in cui il cicloescursionista incorresse.

Rientra nella definizione del cicloescursionismo l'utilizzo della mountain bike su percorsi condivisi con altri fruitori. Per questo servono regole per gestire la convivenza, l'uso comune dei sentieri e/o mulietti. In passato l'uso non regolamentato della Mtb in montagna, soprattutto se di tipo agonistico, ha talora generato conflitti e problemi (per questi motivi, al fine di differenziarsi rispetto alla pratica agonistica della Mtb, "Triangolo d'Oro Monviso Mountainbike" ha voluto dotarsi della dicitura "Progetto Cicloescursionistico" e ha inteso comprendere nella propria definizione "Bike Resort" riservando alle zone riservate i "Bike Park" individuati in alcuni settori del Progetto, per la pratica dello sport estremo).

A ben vedere, la maggior parte delle critiche e delle divisioni sull'uso della mountain bike sui sentieri di montagna, trae alimento dalla maleducazione di taluni ciclisti, in quanto vi sono persone che affrontano percorsi fuori strada senza il dovuto rispetto per la natura o per gli altri fruitori della montagna e relativi territori. Sovente la mala educazione è mancanza di educazione, nel senso che manca la consapevolezza dei problemi che l'impiego della bici comporta nell'ambiente montano, un ambiente sicuramente particolare. La montagna con i suoi sentieri e varie arterie, non è un luna park né un terreno di gioco per assecondare nostri capricci mettendo a repentaglio sicurezza e tranquillità altrui. Andare in montagna è gesto di libertà e responsabilità. Non vi è l'una senza l'altra. L'accettazione delle regole di autoregolamentazione, con responsabilità, non vanifica la libertà.

Ogni volta che saliamo in sella alle nostre Mtb, ricordiamoci il motto con cui l'IMBA conclude suoi comunicati: "Be a credit to our sport" (Fate onore alla nostra attività). Le norme e le raccomandazioni che cercano di regolamentare la pratica del cicloescursionismo sono definite in diversi "Codici di Autoregolamentazione" di enti e associazioni diverse.

Quali NORBA e IMBA (International Mountain-bike Association) a cui si è aggiunto codice C.A.I. per il cicloturismo (codice che non sostituisce ma affianca e integra i precedenti codici). Club Alpino Italiano, ha voluto così aprire una propria sezione di mountain-bike, intendendo annoverare e riconoscere la Mtb tra gli strumenti adatti all'escursionismo. Riconoscimento particolarmente importante, proprio perché dimostra come C.A.I. abbia così inteso accogliere l'attività di mountain bike, in un mondo prima inteso esclusivamente come regno dei "camminatori", purché appunto praticando osservando norme e raccomandazioni citate in quei codici.

Dal complesso di queste norme, è possibile ricavare un decalogo base:

- Rispettare il Codice della Strada, ad esempio tenendo la destra ove possibile, sorpassando a sinistra.
- Rispettare e proteggere la natura. Non bisogna adattare l'ambiente della montagna alle esigenze degli sportivi, ma viceversa.
- Non abbandonare rifiuti sul territorio che stiamo attraversando, in cui ci siamo introdotti.
- Non disturbare la flora evitando di asportare o rovinare piante, fiori e quanto altro. Non disturbare la fauna selvatica e/o domestica (mandrie e greggi etc.) evitando di spaventare gli animali con approcci improvvisi o rumori, che possono disturbare anche eventuali addetti agli alpeggi o comunque eventuali abitanti di borgate e frazioni di paesi di montagna. Correre in bici nella natura, selvaggiamente e senza rispetto, per gli animali è una grave mancanza.
- Non arrecare danno al patrimonio naturalistico, anche scegliendo percorsi in funzione delle condizioni ambientali che consentono il passaggio delle Mtb. Evitare di rovinare il fondo del sentiero su cui ci muoviamo, usando una tecnica di guida eco-compatibile, evitando manovre dannose quali le "derapate".
- Rispettare le proprietà pubbliche e private, e gli eventuali divieti esistenti.
- Restare sempre all'interno dei sentieri esistenti, evitando ad esempio di tagliare i tornanti o praticare scorrionate fuori tracciato, per evitare di formare tracce di sentieri secondari, e adottare sempre la tecnica adatta ad avere il minimo impatto verso l'ambiente.
- Dare comunque e sempre la precedenza agli altri escursionisti non motorizzati. Segnalare in tempo la presenza agli altri con un saluto o avvisandoli a voce. Cercare di incrociare o sorpassare gli altri, dopo averli avvistati, a sinistra secondo il Codice della Strada, e comunque sempre in condizioni di sicurezza e cortesia.
- Usare sempre velocità commisurate alle proprie personali capacità tecniche, e alle condizioni del fondo e alle caratteristiche del percorso che stiamo praticando, per evitare pericoli a noi e gli altri.
- Usare sempre il casco protettivo quando si pedala.

COMPRESORIO 1**Bike Resort Busca e Villar S. Costanzo**

	KM	DISLIVELLO
1-2 Wild Thing facile Busca	km 5/7	115 mt
3 Wild Thing salita per colle Liretta	km 9,5	463 mt
4 Wild Thing discesa parziale	km 4	
5-6 Monte Pagliano e variante Belvedere	km 11/13	378 mt
7 Integrale 3 + 4 + 5 + 6 + 7	km 27,5	956 mt
8 Mortal Kombatt Villar San Costanzo	km 9	445 mt
9 Discesa Parco dei Ciciu Villar S. Costanzo	km 2,2	-443 mt
9 Bike Park - Centro Outdoor "Castel Real"		

Bike Resort Brondello, Valle Bronda e Isasca

10 Vigne e Storia Colline Saluzzesi	km 17,5	255 mt
11 Marathon bassa e media Valle Bronda (Saluzzo - Castellar - Pago)	km 26	857 mt
12 Dh "Indiana" Verzuolo	km 2	-330 mt
13 Dh "Off Road" Verzuolo	km 3	-250 mt
15 Giro delle frazioni- Brondello (km 2,9+6,8)	km 9,7	220 mt
16 Marathon Alta valle Bronda (Brondello - Isasca - Pago)	km 35	1365 mt
17 Giro delle Frazioni Brondello 2	km 6	250 mt
18 Giro delle Frazioni Brondello 3	km 10	350 mt
19 Giro delle 4 Chiese Alta Valle Bronda	km 18,5	850 mt
19.1 Dh Pilone Colletta - Giordani	km 2,4	250 mt
19.2 Dh Colletto Isasca - Monte Colletta	km 1,1	20 mt
19.3 Dh Monte Colletta - Nadin	km 0,5	56 mt
19.4 Dh delle 2 Torri Pilonasso/Torre Medioevale Brondello	km 2,5	515 mt
20 Isasca	km 6	165 mt

Bike Resort Bassa Valle Varaita

24 "Lou Bac" Alto e Bass - Venasca	km 11,5+19,5	800 mt
25 Anello piste Ski fondo + serie percorsi - Valmala	km 11	50 mt
25.1 Variante Lemma - Liretta - Monte San Bernardo - Valmala	km 30	625 mt

COMPRESORIO 2**Bike Resort "Espacy - Monviso" - Alta Valle Varaita**

26 Vallone Soustra - Vallanta - Monviso / Pontechianale	km 25	1150 mt
27 Battagliola (Casteldelfino - Bellino - Pontechianale - Casteldelfino)	km 20	980 mt
29 Ciclabile per mtb Vallone di Bellino	km 12,5	250 mt
29 Sentieri Lanzetti - Cretto/Pontechianale	km 15	410 mt
30 Panoramica segg. Le Conche Pontechianale	km 7	840 mt
31 Dh Pontechianale (di futura realizzazione)		
32 Meira Garneri - Torrette - Casteldelfino - Torrette - Sampeyre	km 21	130 mt
33 Strada dei Cannoni (Colle Bicocca - Valmala)	km 27-30	15 mt
34 Serie percorsi di Sampeyre (impianti seggiovia - Vallone di S. Anna) e collegamento con Sanfront attraverso colli Prete e Gilba	km 34,5	860 mt
		340 mt

COMPRESORIO 3**Bike Resort Alta Valle Po - Media Valle Varaita e Media V. Maira**

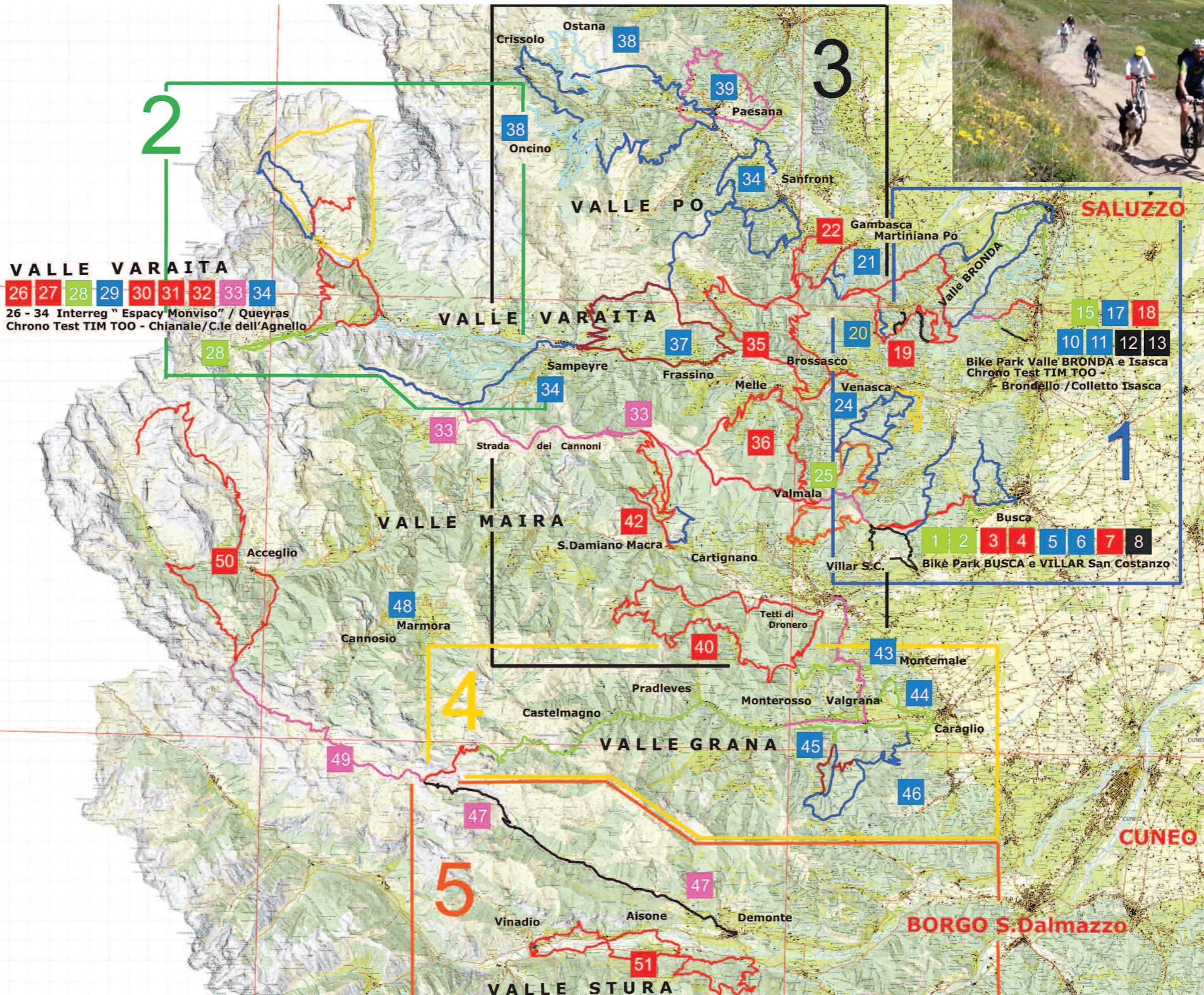
35 Brossasco in mountain bike	km 30,5	925 mt
36 Melle	km 32	1220 mt
37 Frassino Colle Malaura e Monte Ricordone	km 30,5	1040 mt
38 Percorso Oncino - Crissolo - Ostana / Alta Valle Po (anello Oncino km 22 + anello Ostana km 15)	km 38/40	
39 Valpolonga di Paesana e varianti	km 52	
40 "Dragon Bike" - Tetti di Dronero	km 47,5	1143 mt
42 San Damiano Macra (Collegamento Valle Maira - Colle Birrone - Strada dei Cannoni - Valle Varaita)	km 25,5	960 mt

COMPRESORIO 4**Bike Resort Valle Grana**

43 Serie percorsi Montemale e "Curniss Basa" Caraglio	km 20	45 mt
44 Cicloturistica "Natura e territorio" Valle Grana		
45 "Curniss Auta" V. Grana (Castelmagno - Monterosso Grana - Pradievess) (compreso collegamento Colle Fauniera mt 2200 s.l.m - Santuario San Magno - Castelmagno 1200 mt s.l.m. km 12 ca)	800 / 1200 mt	
46 Anello alto di Valgrana + varianti	km 20/25	1050 mt

COMPRESORIO 5**Bike Resort Valle Stura**

47 Collegamento Valle Stura - Vallone dell'Arma - Valle Grana (Attraverso Colli Fauniera ed Esische) Castelmagno - Caraglio	km 55	
Demonte - Valcavera	km 17	
Valcavera - Esische	km 6	
Esische - Valgrana	km 22	
48 Serie percorsi Canosio - Marmorra (Trattoria Ceaglio)		
49 Collegamento Colle Fauniera/Valcavera con Gardetta		
50 Serie percorsi di Acceglie:		
Giro Roca Provenzale (Ciapera) - Acceglie	km 25	715 mt
Acceglie - Colle Bellino	km 18	1600 mt
Acceglie - Gardetta - Rifugio di Viviere - Acceglie	km 20	970 mt
51 "Promenado Bike" dei Forti Albertini (Vinadio - Aisone - Demonte) (Relative varianti e prolungamenti in studio)	km 45	1200 mt



Mountain Bike è anche cicloturismo per famiglie oltre i 2000 metri

**Esempio >>>>>**

Percorso n°22
Verde: classificato facile
Rosso: lunghezza o percorrenza oltre i 20 km

**<<<<< Esempio**

Percorso n°22
Verde: classificato facile
Giallo: lunghezza o percorrenza meno a 20 km



IL TRIANGOL INDICA ANCHE IL SENSO DI MARCIA DEL PERCORSO

Composizione Segnaletica Mtb - Vtt e classificazione percorsi

