



sabato 13 settembre 2025

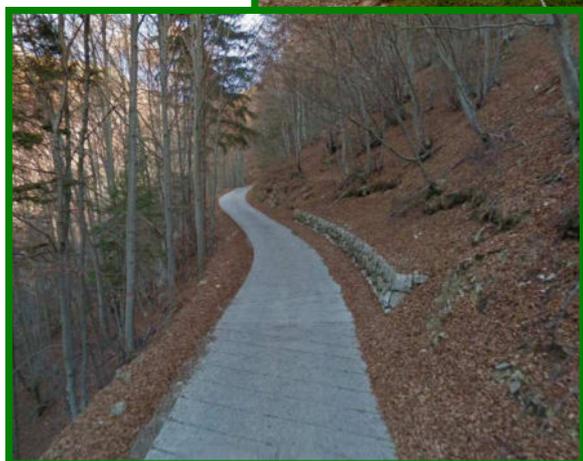
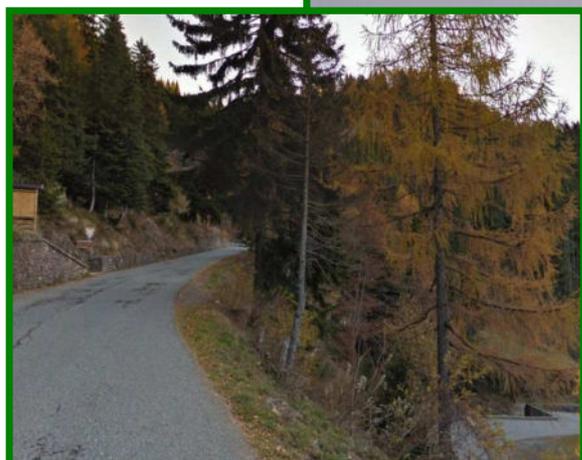
MTB: Piani dell'Avaro (mountain bike)

DESCRIZIONE

I piani dell'Avaro si trovano in Alta Val Brembana. Grazie ai loro verdi e rigogliosi pendii erbosi e ai loro dolci pianori la fanno sembrare un piccolo angolo della Scozia!

Un luogo incantevole, facilmente raggiungibile da più lati, sia a piedi tramite i sentieri dell'alta via delle Orobie e del Sentiero Italia, sia tramite mezzi con le ruote, come la bicicletta! :-D

Perciò ... siete pronti a pedalare?





Partenza	Ritrovo alle ore 9:00 di fronte al bar “Quanto Basta” del paese di Olmo al Brembo, lungo la strada SP6. Possibilità di parcheggio nei paraggi o appena prima del paese, in corrispondenza di alcuni slarghi dove sorge il Santuario della Madonna dei Campelli.
Suggerimenti per il viaggio di ritorno	Da Milano: autostrada A4, uscita Dalmine. Seguire la strada che risale la Val Brembana fino a raggiungere il paese di Olmo al Brembo.
Iscrizioni	Tramite e-mail o WhatsApp, da inviare agli organizzatori. Versamento delle quote il giorno stesso della gita. Data di chiusura iscrizioni: giovedì 11 settembre 2025.
Quote	soci: euro 5,00 - non soci euro 15,00 . La quota comprende soccorso alpino, polizza infortuni, responsabilità civile. Per la copertura assicurativa, i non soci, oltre al nome devono comunicare la data di nascita.
Abbigliamento/ Equipaggiamento	Da ciclismo (pantaloni lunghi o corti, maglietta, maglione o pile, giacca antivento, cappellino sottocasco, guanti leggeri) in base alle temperature del periodo. Si consigliano maglietta di cambio e occhiali da sole (meglio se con lenti chiare). Obbligatorio casco e luci fronte/retro da posizionare sulla bici (consigliata sempre la frontale).
Mezzi / Attrezzatura	Bici mountain-bike (muscolari o elettriche), camere d’aria in caso di foratura (se ne consigliano due), piccolo zaino, borracce o bottiglie d’acqua.
Pranzo	Pranzo in rifugio o al sacco in autonomia. Si consigliano, sempre, barrette /cibi energetici da consumare lungo l’itinerario, anche al di fuori del pranzo.
Premi sezionali	Premio Fedeltà: 1 punto.
Organizzazione	Claudio Terenzi (347.9494989), claudio.terenzi@gmail.com

ITINERARIO AD ANELLO

Salita: dal paese di Olmo al Brembo (quota 540 m) si risale la strada asfaltata per 11,5 km fino al paese di Valtorta (quota 930 m) e poi ancora per altri 1,5 km fino alla chiesa dei Santi Bernardo e Antonio da Padova (quota 1.115 m). Da qui, parte una bellissima poderale lunga 10 km con fondo cementato / sterrato e una pendenza media del 10% (alcuni brevi tratti al 16-18%) che attraversa il bosco di pini, larici e betulle. Al suo termine ci si ricollega alla strada principale asfaltata del monte Avaro, che in 5 km (con pendenze lievemente più dolci) conduce al rifugio omonimo (quota 1.700 m).

Discesa: dal rifugio si ripercorrono in discesa gli ultimi 5 km di asfalto fatti precedentemente in salita; da qui, si prende una poderale (breve tratto in salita) che si immerge nel bosco e scende fino alla località Caprile Superiore, dove ci si ricollega alla strada. Per circa 5 km si scende su asfalto fino all'abitato di Averara, dove deviando a dx si supera un ponticello e ci si immerge nuovamente nel bosco. Si segue la strada coperta dal foliage e dopo circa 600 m si scende un divertente single track, che giunge fino al paese di Olmo al Brembo.



Tipologia	Salita: 35% sterrato – 65% asfalto Discesa: 50% sterrato / single track – 50% asfalto
Lunghezza salita / discesa	28 km (salita); 20 km (discesa)
Dislivello salita / discesa	1.500m + 200m (salita) / 330m +1.370m (discesa)
Tempi di percorrenza	Circa 3 /4 ore (salita); 1,5 /2 ore (discesa)
Difficoltà tecnica	BC (buon cicloamatore)
Impegno fisico	MOLTO ALTO: gita FATICOSA, per ciclisti con OTTIMA preparazione fisica e buone capacità ciclistiche su terreno sconnesso e stretto (single track).
Bellezza paesaggio / natura	Bellissimi panorami sui piani dell'Avaro e sulle Orobie bergamasche.

IN CASO DI CONDIZIONI METEO ED AMBIENTALI NON IDONEE, POSSIBILITÀ DI RINVIO AL GIORNO DOPO, O MODIFICA DEL TRACCIATO, O ANNULLAMENTO!