



Scuola Sezionale di Escursionismo



Club Alpino Italiano
Sezione di Roma

1° Corso Monografico

AVVICINAMENTO AL CICLOESCursionISMO IN MTB



Finalità del corso: Fornire una panoramica tecnico-culturale sul cicloescursionismo in MTB del CAI in modo da far avvicinare gradualmente, chi fosse interessato, alle attività ed ai corsi di cicloescursionismo CAI.

Destinatari: Chiunque abbia già un minimo di confidenza con la bici e che voglia approfondire e conoscere le nette differenze con il cicloescursionismo in MTB.

Requisiti: Essere in possesso di un mezzo adeguato (MTB, eMTB o Gravel) in buone condizioni ed avere una minima confidenza con il mezzo "bici".

Programma del corso:

Lezioni in aula

-Giovedì 5 novembre 2026 h. 20.00 – 22:00

- Presentazione del corso
- Illustrazione della attività di Cicloescursionismo in MTB nel CAI

-Equipaggiamento e Attrezzatura

-Nozioni base di tecnica di guida

-Lunedì 9 novembre 2026 h. 20.00 – 22:00

- Meccanica di base: Regolazione del mezzo e Piccole Riparazioni

Lezioni pratiche in ambiente

- Sabato 14 novembre 2026 h 8:30 – 16:00 Esercizi in campo scuola presso il parco della Caffarella

- Domenica 15 novembre 2026 h 8:30 – 16:00 Cicloescursione nel parco dell'Appia Antica con messa in pratica di tutte le nozioni mostrate nel campo scuola del sabato e nelle lezioni in aula

ISCRIZIONI AL CORSO dal 15 settembre 2026 al seguente link: <https://forms.gle/UuVNdUhK7QNzoiGe8>

Costo del corso € 30,00 comprensivo del materiale didattico, delle due giornate di lezione e delle due giornate in ambiente. Al ricevimento della conferma verranno fornite tutte le informazioni relative al pagamento e allo svolgimento del corso.

Direttore del corso: **ANE-AC Roberto Bernardi** roberto.bernardi@cairoma.net tel 3478525589 (solo messaggi)

vice Direttore del corso: **AC Stefano Magini** stefanomagini100@gmail.com tel 3388367710 (solo messaggi)

Segretario: **ASC Enrico Piccioni** piccio55.e@libero.it tel 3771608489 (solo messaggi)

NB: IL CORSO E' RISERVATO AI SOLI SOCI DEL CAI – IL TESSERAMENTO CAI POTRA' ESSERE CONTESTUALE A QUELLO DEL CORSO