

**CLUB, GRUPPI, INIZIATIVE, VIAGGI, GARE, LIBRI, ESCURSIONI E ALTRO ANCORA: C'È SPAZIO PER TUTTI**

www.ecostampa.it

proposte e i prezzi a persona: escursione giornaliera guidata in Valnerina al costo di 20 euro; escursione guidata con noleggio attrezzature al prezzo di 27 euro; escursione guidata freeride pedalato a 20 euro; freeride con recupero in navetta 4x4 a 15 euro; freeride con recupero più nolo attrezzature (mtb e protezioni) a 40 euro; freeride con recupero e lezione primo approccio a 30 euro. Tutte le attività escursionistiche proposte prevedono l'utilizzo degli spogliatoi con docce calde, del locale rimessa attrezzature, della piccola officina di pronto intervento, dell'occorrente per il lavaggio e ingrassaggio della propria mtb presso la sede della scuola.

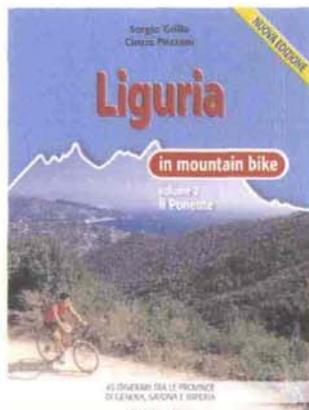
**Info:** Centro Escursioni e Scuola di Mtb della Valnerina, Terni  
© e fax 0744 287 686  
umbriainmountainbike.it

*Francesca Giovanna Paloscia*

**LIGURIA IN MTB  
NUOVA EDIZIONE**

Liguria in mountain bike volume due è la seconda parte della guida realizzata da Cinzia Pezzani e Sergio Grillo. Questa seconda parte è dedicata al Ponente, tra le province di Genova, Savona e Imperia: un insieme di percorsi tra mare e monti per tutti i pedali. Itinerari in mountain bike tra mare e montagna, attraversando grandi boschi di faggio, aperte e soleggiate praterie, dolci rilievi di tipo appenninico, aspre e rocciose cime con chiara conformazione alpina. Un misto di natura e paesaggi che riunisce buganvillee e stelle alpine, pini marittimi e lecci, faggi e abeti, attraenti spiagge e maestose montagne passando attraverso le province di Imperia, Savona e Genova, ma toccando anche Cuneo, Alessandria e la Francia. Gli autori, insegnanti da oltre vent'anni, si occupano di ciclismo, escursionismo e, in generale, di turismo attivo nella natura. Con Ediciclo hanno pubblicato:

Toscana in mtb 1 e 2, Liguria in mtb 1 e 2, Parco del delta del Po in mtb, Parchi e aree protette del Piemonte in mtb, Lombardia in mtb 2, Colli Bolognesi in mtb, In bicicletta nei dintorni di Firenze e Prato. La guida



è composta da 200 pagine e viene venduta a 14 euro nelle migliori librerie o sul sito ediciclo.it

**Info:** Edicicloeditore, Portogruaro (VE), © 0421 74 475  
fax 0421 280 065, ediciclo.it

*Federico Tripodi*

**RALLY DI SARDEGNA  
DAL 7 AL 12 GIUGNO**

Dopo il successo della prima edizione disputata nel 2008 su sentieri e sterrati della provincia di Nuoro, è ripartita la macchina organizzativa della seconda edizione del **Rally di Sardegna Bike** in programma dal 7 al 12 giugno prossimo su nuovi percorsi dell'isola. Per questa seconda edizione, patrocinata dalla Regione Autonoma della Sardegna, sono già partite le iscrizioni per le quali si può intanto utilizzare il format della passata edizione, reperibile sul sito [rallydisardegnaibike.it](http://rallydisardegnaibike.it) dove saranno reperibili a breve tutte le news anche sul nuovo percorso. Intanto sono state pubblicate le tariffe di iscrizione: da 500, a 700 e 400 euro per gli accompagnatori. Lo slogan sarà, anche per il 2009,

"Dalla montagna al mare", cioè dalle vette e dai sentieri del Gennargentu alle spiagge della costa orientale.

**Info:** M.C. Sardegna © 070 4 525 005, fax 070 3 309 947, 349 5 164 713, [rallydisardegnaibike.it](http://rallydisardegnaibike.it)

*Federico Tripodi*

**CORSO PER GUIDE MTB  
IN VALLE SABBIA**

Sarà l'hotel Genni di Idro (prenotazioni © 0365 823 380) a ospitare il corso per Guide Mtb che si terrà dal 16 al 19 aprile in Valle Sabbia. La collaborazione tra Gs Odolese, Agenzia del Territorio, Comunità montana di valle e l'Accademia Nazionale di mtb permetterà la realizzazione di questo momento formativo. La selezione delle guide mtb, in un territorio ricco di percorsi adatti alla pratica del mountain biking, consentirà di potere offrire un prezioso contributo agli operatori turistici, che potranno inserire nei loro programmi promozionali anche questo nuovo servizio. Ricordiamo che la partecipazione al corso è aperta a tutti e consentirà, dopo la formazione e la selezione, di conseguire un attestato di guida mtb. Tra i percorsi utilizzati per i test non mancherà il nuovo tracciato della 24 H Lago d'Idro.  
**Info:** © 339 7 546 368  
[mtbconcadoro.com](http://mtbconcadoro.com)

**PEDALA ITALIA CON CAI  
DA LUGLIO A OTTOBRE**

Il logo della manifestazione Pedala Italia, che si svolgerà dal 5 luglio 2009 (partenza da Trieste) al 4 ottobre (arrivo a Reggio Calabria) è l'Italia stessa: sarà una grande staffetta per promuovere lo stile Cai della mountain bike, fatto di basse velocità e precedenza ai pedoni.



La sede centrale del Cai ha finalmente costituito il Gruppo Mountain Bike in seno alla Commissione Centrale di Escursionismo. Così, da luglio fino a ottobre si potrà pedalare lungo la dorsale appenninica e alpina italiana con le guide del Cai, la più grande e storica associazione alpinistica italiana, su tracciati provati e segnalati dall'associazione stessa.  
**Info:** [cai.it](http://cai.it)