

data	Escursione	Partecipanti coordinatori	impegno fisico diff. tecnica diff. complessiva
Sabato 1/12/07	Argentario (tracciato GF)	La Volpe Francesco (347/6379624) Cavalletti Filiberto (335/6550689)	☺☺☺☺ ☹☹☹ Impegnativo
2/12/07	Parco della Caffarella	Stefano Ferri Ferretti (333/2986226) Emiliano Graziani (349/5247747)	☺ ☹☹☹ Facile
8/12/07	Roma Passaggio a Nord-Ovest	La Volpe Francesco (347/6379624)	☺☺☺☺☺ ☹☹☹ Impegnativo
Giovedì 13/12/07	Ciclo aperitivo a Cerveteri (notturna)	Paolo Antiga (335/7506446)	☺☺☺ ☹☹☹ Medio-Impegn.
Sabato 15/12/07	Sul lago del Turano Pranzo sociale	Roberto Tufani (339/2612274) Marina Dionisi (349/0711750)	☺ ☹ Facile
16/12/07	Villa Pamphili, Parco Monte Mario e Parco del Pineto	Massimo Oliverio(335/7511075) Gianni Tolomei (349/6421767)	☺☺ ☹☹☹ Medio
Martedì 18/12/07	Ciclo aperitivo alla Caffarella (notturna)	Paolo Antiga (335/7506446)	☺☺☺ ☹☹☹ Medio-Impegn.
Giovedì 27/12/07	Ciclo aperitivo a Castel di Guido (notturna)	Paolo Antiga (335/7506446)	☺☺☺ ☹☹☹ Medio-Impegn.

**Impegno Fisico richiesto
(primo valore)**

- 1: impegno minimo, escursione adatta a tutti, .
- 2: escursione medio-facile, adatta a tutti, con qualche dislivello da superare.
- 3: escursione media, adatta a bikers con un minimo di allenamento, con alcune salite e discese impegnative.
- 4: escursione medio-impegnativa, adatta a bikers dotati di buon allenamento, con discese e salite impegnative.
- 5: escursione impegnativa, adatta solo a bikers ben allenati caratterizzata da notevoli dislivelli in discesa e in salita (qualche tratto da percorrere con la bici in spalla).

**Difficoltà tecnica
(secondo valore)**

- 1 - percorso facile, fondo buono, strade larghe e spesso asfaltate
- 2 - percorso medio-facile, fondo per lo più in buone condizioni, qualche piccola asperità.
- 3 - percorso di media difficoltà, fondo variabile, taluni tratti in single-track.
- 4 - percorso difficile, tratti in cattivo stato, discese impegnative e taluni passaggi "tecnici".
- 5 - percorso molto difficile, lunghi tratti molto sconnessi, discese impegnative, è richiesta una buona padronanza del mezzo tecnico.