

CICLI
L'ORANGE

Italia Orange Tour
2019



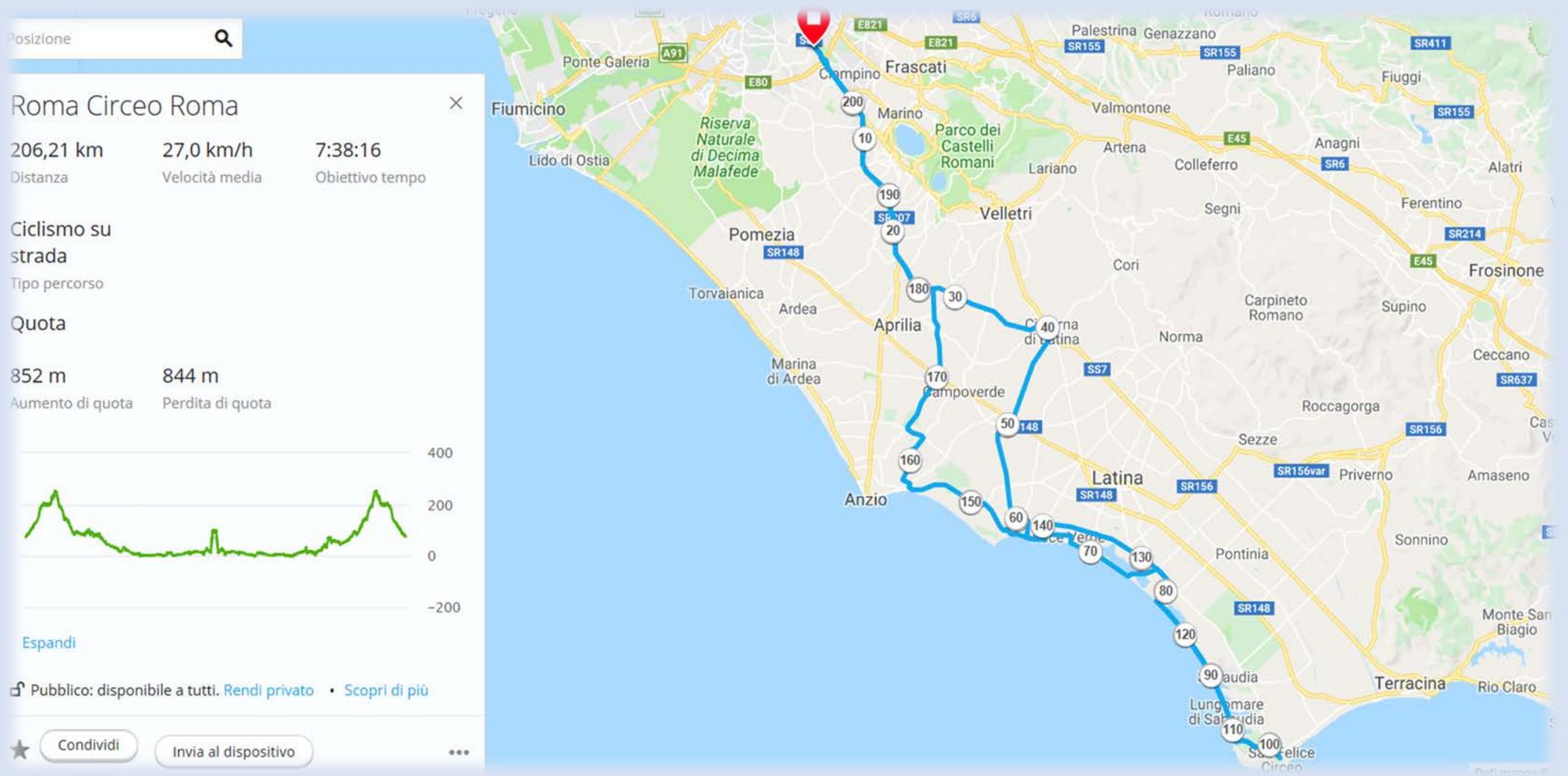
Team
l'Orange
Cicli Roma

Team
l'Orange
Cicli Roma

Classica di Primavera “ 3° edizione “

Roma – Circeo – Roma

16 Marzo 2019



Ambienti del Parco

Uno scrigno di biodiversità

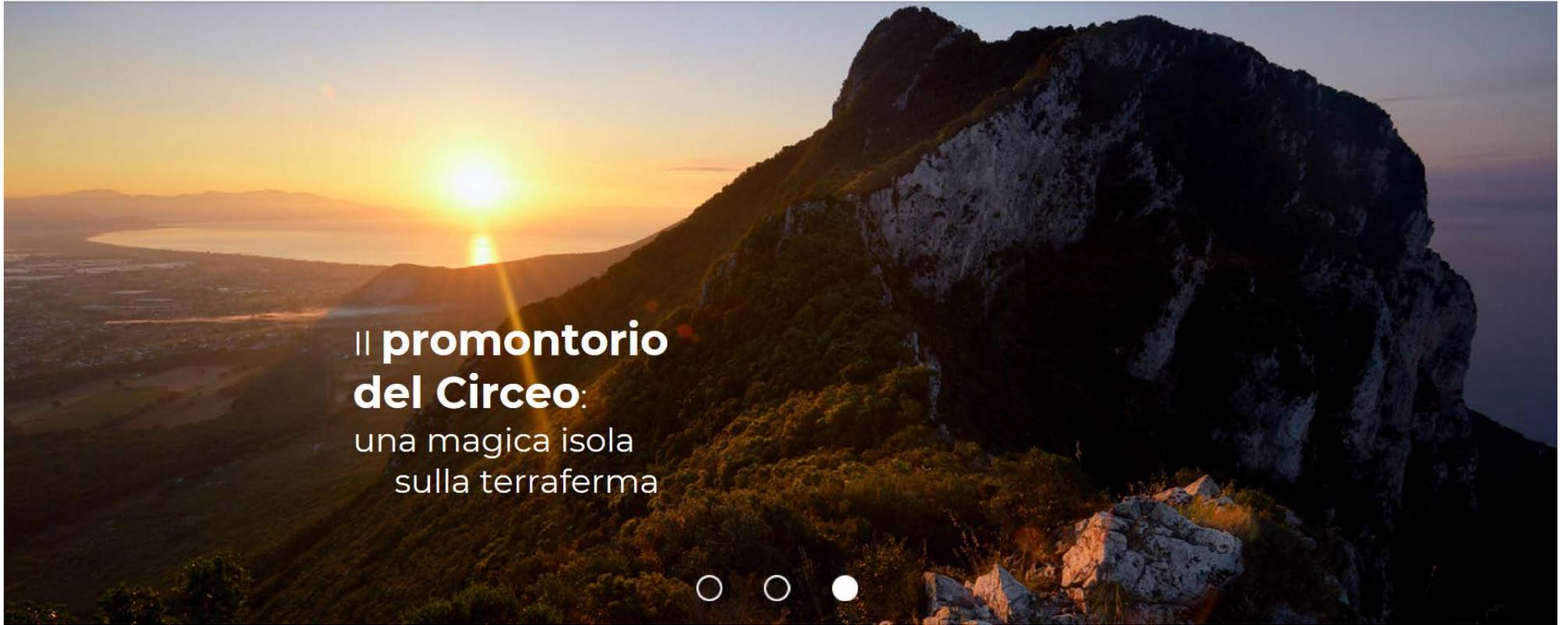
In un piccolo scrigno di 8.917 ettari **sono racchiusi scenari e paesaggi unici.**

Il Parco Nazionale del Circeo è stato infatti **istituito nel 1934** non per tutelare una singola specie ma un ricco mosaico di ambienti. La sua istituzione, avvenuta durante i radicali interventi di bonifica dell'intera area pontina, ha evitato il totale disboscamento dell'antica "Selva di Terracina", e proprio la porzione risparmiata dal taglio, insieme al Lago di Sabaudia, alla [Duna Litoranea](#) ed al [Promontorio del Circeo](#), ha costituito la prima configurazione del Parco. Nel 1975 il decreto di ampliamento ha incluso i laghi costieri di Fogliano, Monaci e Caprolace, che insieme costituiscono uno dei più importanti ambienti umidi costieri d'Italia. Dal 1979 il Parco del Circeo comprende anche la meravigliosa e incontaminata [Isola di Zannone](#).

Il Parco Nazionale del Circeo è un territorio dove si incontrano ambienti molto diversi tra loro, ognuno necessario alla sopravvivenza dell'altro. Le dune, che corrono lungo tutto il tratto costiero, proteggono l'entroterra così che migliaia di uccelli migratori possano trovare rifugio nelle zone umide e la selva possa proliferare al riparo dai venti carichi di salsedine, mentre i rapaci che popolano il promontorio gettano il loro sguardo su tutto il Parco fino all'Isola di Zannone, là nell'Arcipelago Pontino.

Panorami unici, habitat incontaminati, specie animali e vegetali vi sorprenderanno con le loro forme e i loro colori.





GranFondo Fara Sabina

31 Marzo 2019



[HOME](#)

[INFO](#)

[CIRCUITO 2019](#)

[CLASSIFICHE 2018](#)

[PREMIATI 2018](#)

[TERRITORIO](#)

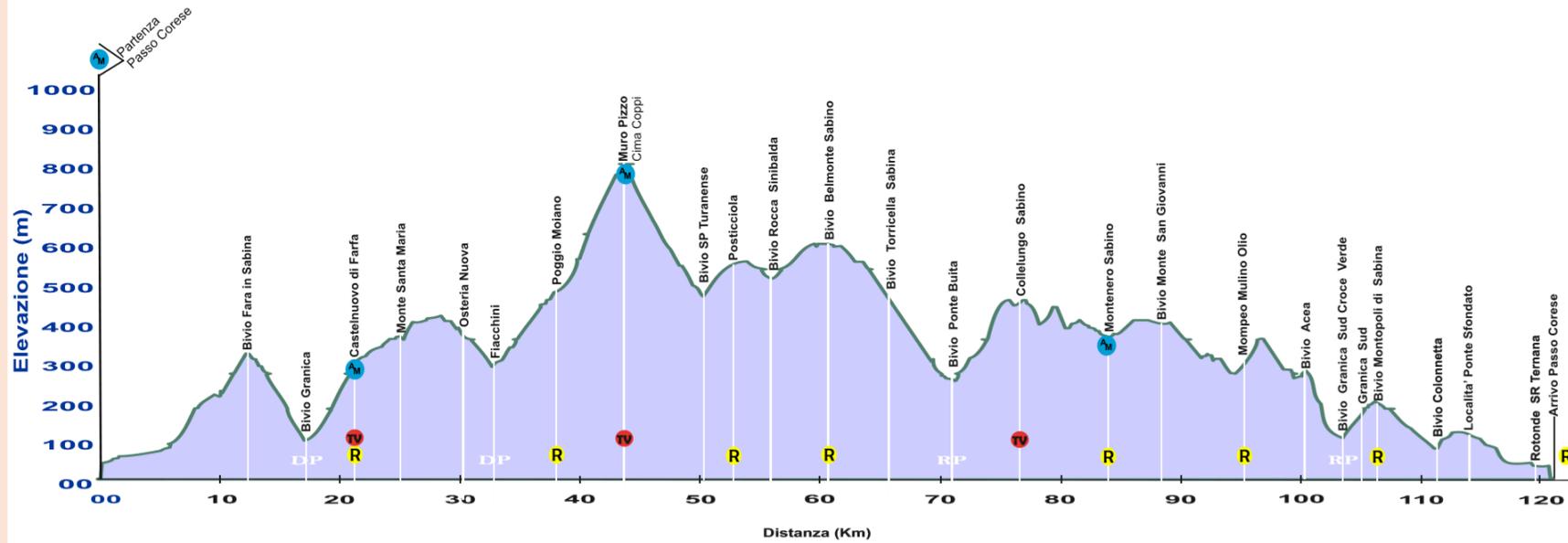
[UFFICIO STAMPA](#)

[CONTATTI](#)



GRANFONDO
CITTA' **FARA**
IN **SABINA**
INTERNAZIONALE





GF FARA SABINA: I PERCORSI



GF FARA SABINA: CURIOSITA'

Fara in Sabina: tra passato e presente

Popolata fin dall'**epoca preistorica**, Fara in Sabina, ridente comune in provincia di Rieti, fa risalire le origini del suo attuale abitato ad **epoca longobarda**. Placidamente adagiato a circa cinquecento metri, il borgo di **Fara in Sabina** è contornato da un incantevole panorama.

Un dolce paesaggio, ove spiccano uliveti e verdi colline. Nel suo territorio, inoltre, vi è una ampia presenza di monumenti e testimonianze storiche di grande rilevanza. Visitando Fara in Sabina, si rimarrà ammaliati dall'incantevole visione di secolari **ulivi, abbazie, rocche e torri**.

A Fara in Sabina tra passato e presente, ti aspettano **panorami di rara intensità**, visioni romantiche e suggestive **sulla Valle del Farfa** in cui vivere le emozionanti storie e leggende legate a mostri spaventosi, briganti, ma anche a condottieri e santi.

Una storia che ha radici profonde

L'origine della Sabina vera e propria è da collegarsi al popolo a cui deve il suo nome: i **Sabini**, presumibilmente nati dalla migrazione in queste terre da parte di un gruppo di **Umbri**. La Sabina antica è circoscritta a un agglomerato di ben tre regioni e cinque province, per un totale di 97 comuni distribuiti su di un **territorio in prevalenza montuoso**, distribuito tra la catena dei **Monti Reatini** e la **valle del Tevere**.

Nel mezzo di questa zona, si delineano i **Monti Sabini**, rilievi di modesta altitudine che attraversano tutto il territorio della regione, a eccezione di un'unica area pianeggiante, la **Piana Reatina**, posta ai piedi della città di Rieti.



GranFondo Firenze

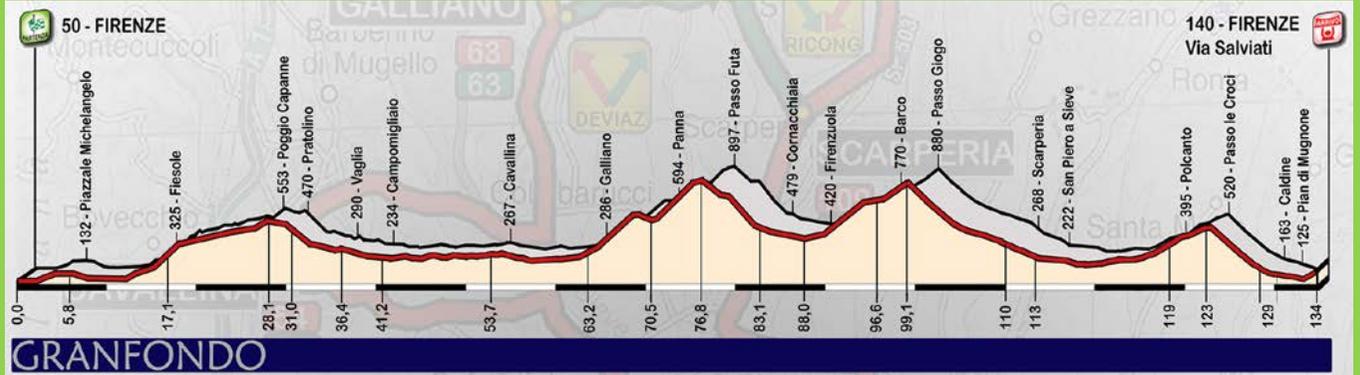
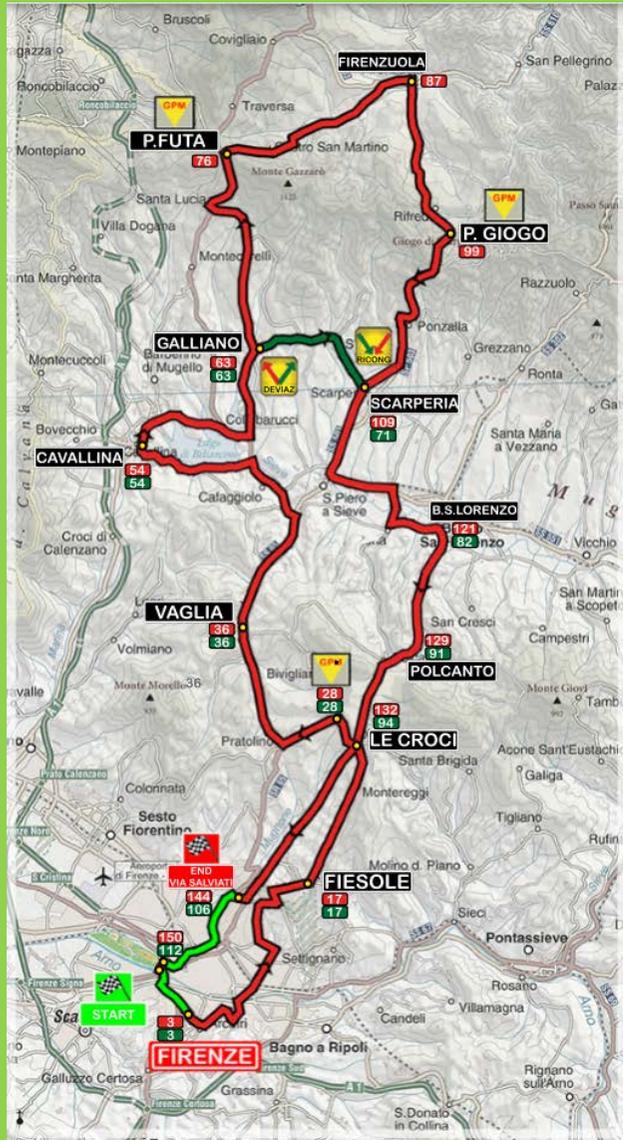


Domenica 14 Aprile

2019



G.F. di Firenze



Dislivello 2800 mt per 134 Km

Dislivello 1600 mt per 95 Km



G.F. di Firenze



Passo della Futa

Condividi

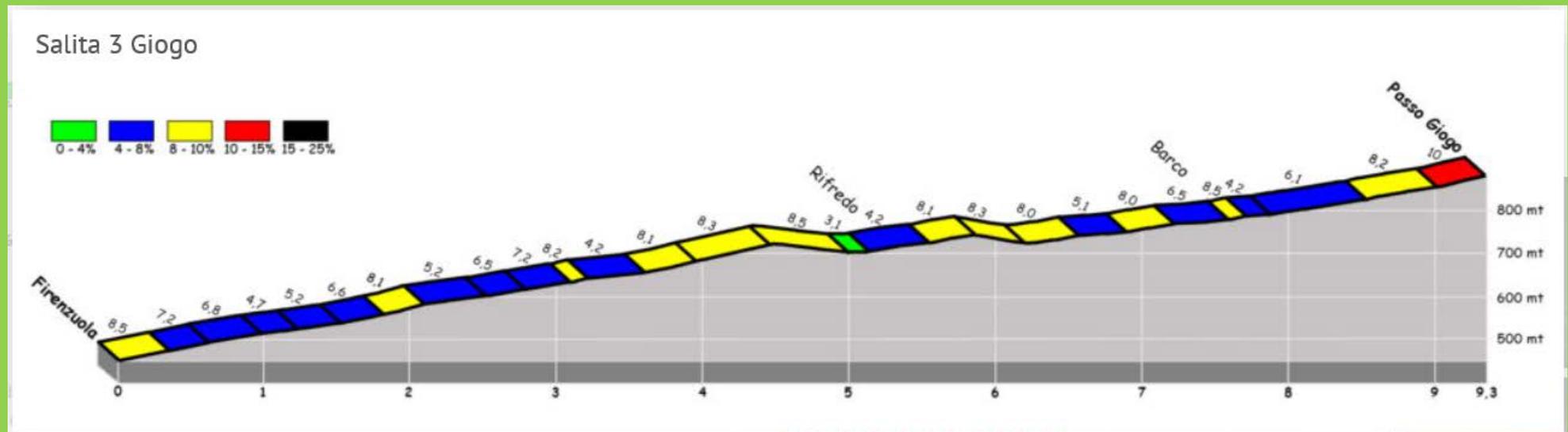
Il passo della Futa è un valico dell'Appennino toscano-emiliano, altitudine 903 m s.l.m., sito in provincia di Firenze, nel comune di Firenzuola. È attraversato dalla ex strada statale 65 della Futa nei pressi dell'incrocio, pochi metri a nord del valico, con la strada provinciale 116 di Cornacchiaia per Firenzuola. Separa la vallata del Mugello dalla vallata del fiume S... +

Passo della Futa, da Galliano



G.F. di Firenze

PASSO GIOGO



Salita molto panoramica e impegnativa. Non tragga in inganno la pendenza media che sconta il fatto che appena dopo l'abitato di Caselle la strada scende abbastanza repentinamente per poi risalire in maniera molto decisa fino al passo del Giogo

882mslm

Altitudine

9.3KM

Lunghezza

472mt

Dislivello

5.0%

Pendenza media

11%

Pendenza massima

G.F. di Firenze – CURIOSITA’

Sappiamo che **Firenze** è una città a misura d’uomo, ma con tutti i segreti e le curiosità che custodisce è quasi impossibile pensare di sapere tutto sul capoluogo toscano dopo esserci stati solo una volta. Molte persone conoscono Firenze grazie al suo straordinario patrimonio artistico ed alla sua importanza storica nell’epoca medievale, ma Firenze è ricca di strade e piazze che hanno tutte qualcosa di speciale da raccontare. Tra storie e leggende affascinanti che serpeggiano per le vie del centro cittadino tra Duomo, Palazzo Vecchio, Cappelle Medicee, Campanile di Giotto e chi più ne ha più ne metta: se dovessimo metterci a elencare tutti i monumenti e le attrazioni di Firenze . Perché **Firenze**, nonostante le dimensioni piuttosto ridotte e a misura d’uomo, ha tanto da offrire. Non è che sia stata soprannominata culla del Rinascimento così a caso. E non è considerata una delle città d’arte principali d’Italia per sbaglio. Ma se chiese e musei dovessero alla lunga stufare, in alternativa si può andare alla ricerca di chicche e curiosità non molto conosciute ma altrettanto interessanti.

La Berta

La famosa Berta è una scultura risalente ai tempi antichi che ritrae la testa pietrificata di una donna. Le curiosità popolari di Firenze che ruotano attorno all’opera sono tra le più disparate. Alcune raccontano di uno scienziato accusato di eresia e stregoneria e per questo condannato a morte, altre parlano di una fruttivendola a cui fiorentini vollero dedicare un riconoscimento per la gentile donazione fatta alla chiesa.





La Finestra Sempre Aperta

In Piazza Santissima Annunziata a Firenze, dietro una finestra si cela una triste storia d'amore risalente al sedicesimo secolo. Nel Palazzo Griffoni viveva una giovane coppia innamorata, ma con l'arrivo della guerra l'uomo partì in soccorso della patria e alla donna non rimase altro che aspettare il suo ritorno alla finestra. Passarono settimane, mesi ed anni ma il marito non fece mai ritorno a casa e la donna rimase proprio dietro quella finestra ad aspettarlo, anche dopo la morte. Da oltre 400 anni, quella persiana all'ultimo piano dello stabile fiorentino è così rimasta sempre aperta, mentre il fantasma della donna, dice la curiosità popolare, è rimasto in trepida attesa

L'Importuno

In Piazza della Signoria, nella parte inferiore della facciata di Palazzo Vecchio a Firenze, c'è un particolare graffito che rappresenta il volto di un uomo scolpito nella pietra, che i fiorentini usano chiamare L'Importuno. La curiosità è nel fatto che la tradizione racconta che il profilo, ad opera di Michelangelo Buonarroti, rappresenterebbe una persona che spesso fermava e importunava il maestro parlando delle proprie miserie e dei fallimenti subiti.



L'orologio Controcorrente

A Firenze c'è un orologio che segna il tempo al contrario ed è l'Orologio della Controfacciata del Duomo realizzato da Paolo Uccello, uno dei più grandi artisti del Rinascimento italiano. Il quadrante è formato da 24 ore espresse in numeri romani e in ordine crescente, ma la lancetta si muove in senso antiorario copiando il movimento dell'ombra in una meridiana. La ventiquattresima ora non indica la mezzanotte, ma il tramonto del sole, secondo la tradizione della *hora italica*. Inoltre, la lunghezza di un'ora non era sempre uguale ma variava in base alla stagione.

La Valle del Tevere

“Viaggio nelle antiche terre dell’Umbria”

27 Aprile 2019



Uploaded just now (0 ratings)

Orte-Orvieto-Viterbo

141 km Distanza | 1.810 m Ascent | 1.810 m Descent

presidentebike

+ ADD TO | SHARE

About this route
No description yet.



La Valle del Tevere: IL TERRITORIO

AMELIA

è situata nella zona sud-ovest dell'Umbria, vicino al confine con il Lazio. Il territorio comunale è posto all'estremità sud della catena subappenninica dei monti Amerini ed è prevalentemente collinare. La città dà il nome al comprensorio dell'Amerino, che riunisce 9 comuni: Amelia, Montecastrilli, Avigliano Umbro, Penna in Teverina, Lugnano in Teverina, Guardea, Alviano, Attigliano e Giove



ORVIETO

Una delle città più antiche di Italia, deve le sue origini alla **civiltà etrusca**: i primi insediamenti risalgono al IX° secolo a.C. e si localizzarono all'interno delle **grotte tufacee** ricavate nel massiccio su cui sorge attualmente la cittadina umbra.

Sebbene la fama di Orvieto sia profondamente intrecciata con quella del suo magnifico duomo, la città offre numerosi spunti e itinerari storico-artistici, proprio in virtù delle sue antiche origini.

Arroccata su di una rupe, inoltre, Orvieto offre scorsi panoramici davvero splendidi.



VITERBO CITTÀ DEI PAPI

Viterbo è definita da secoli la città dei Papi, in memoria del periodo in cui la sede papale fu appunto spostata in questa città che ancora porta i segni di quel fasto, pur avendo origini ancora più antiche.

La "Città dei Papi", capoluogo di antica origine etrusca e di grandi tradizioni storiche, conserva un assetto monumentale tra i più importanti del Lazio: aristocratici palazzi, monumenti ricchi di opere d'arte di spiccato interesse, suggestivi quartieri medievali, chiese e chioschi di varie epoche, torri slanciate ed eleganti fontane in peperino.



Classica Orange Team

“Rieti e Valnerina”

11 Maggio 2019



presidentebike

Gavelli - Terminillo

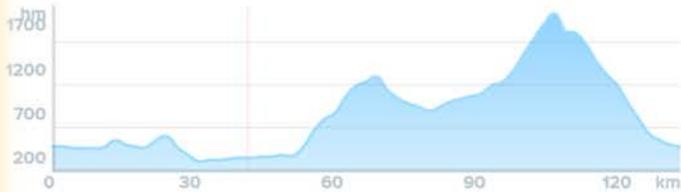
↔ 133 km Distance ↗ 2,720 m Ascent ↘ 2,720 m Descent

[+ ADD TO](#) [SHARE](#) [</>](#)

User Description

Rieti-Arrone-valnerina-Sant'Anatolia di Narco-Gavelli - Monteleone di Spoleto - Leonessa-Terminillo-Rieti

Elevation

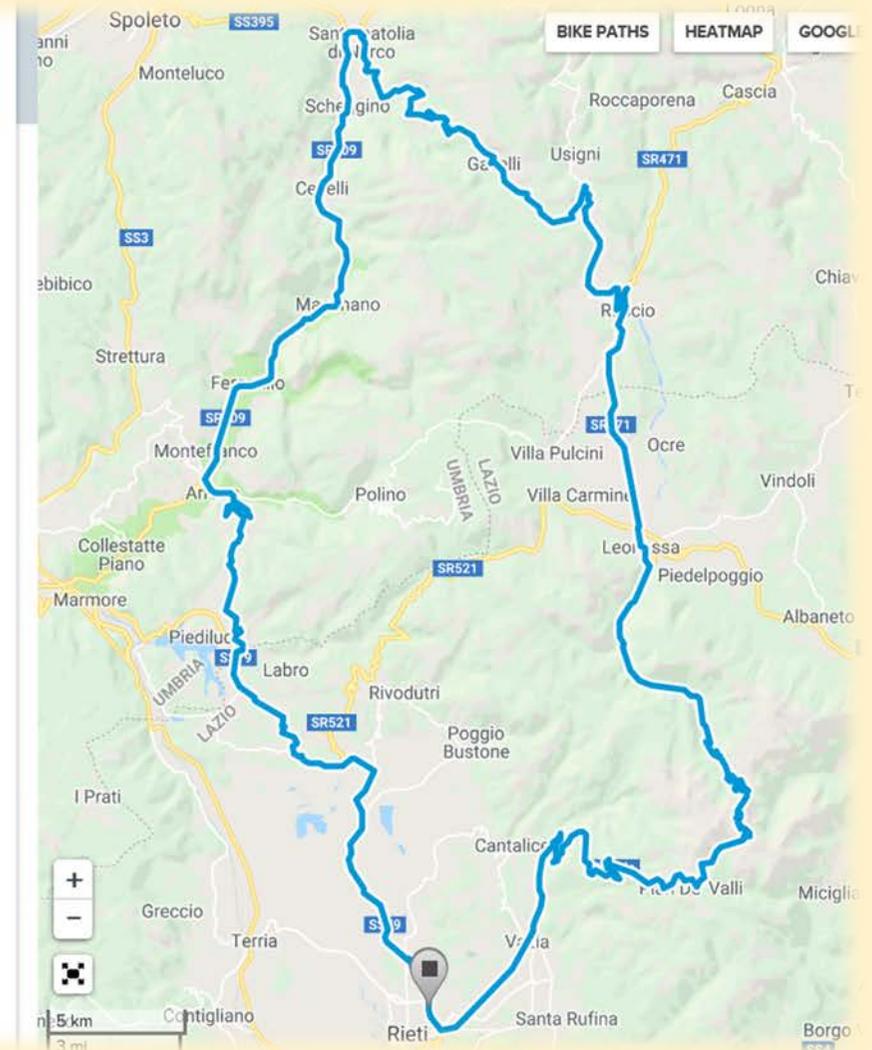


Rate this route

5.0
(1 ratings)

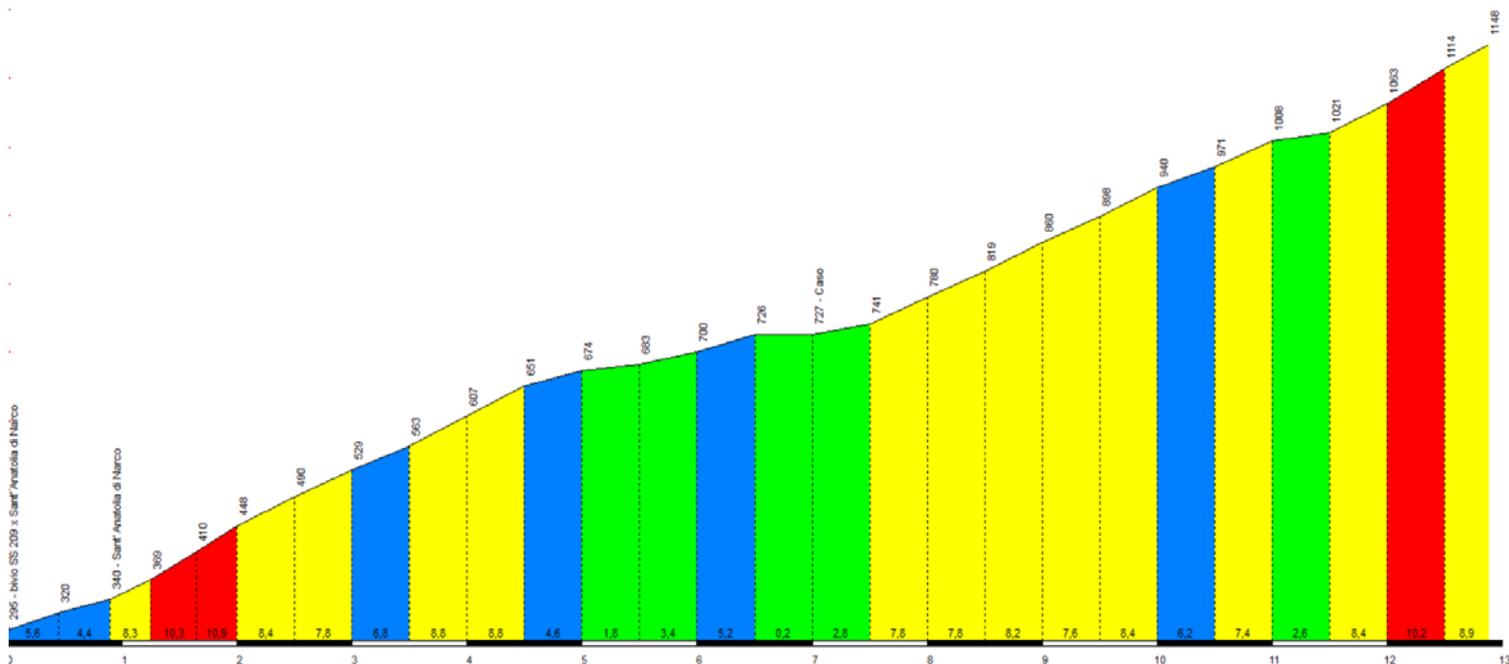
★★★★★

Thanks for rating, the route was added to [your favorite routes](#)



RIETI E VALNERINA: LE SALITE

Gavelli, da Sant'Anatolia



GAVELLI

La salita comincia subito dall'incrocio dove si trova anche un bar e in circa 1km con pendenze pedalabili intorno al 6%, punte dell'8, ci porta al paesino di Sant'Anatolia di Narco. Subito dopo il paese, prima del 2° km, ci accoglie la prima rampa di giornata, con pendenze al 10-11% e punte anche del 14, brevi ma frequenti. I km sono numerati, ne dovranno passare ben 13 per vedere il valico.

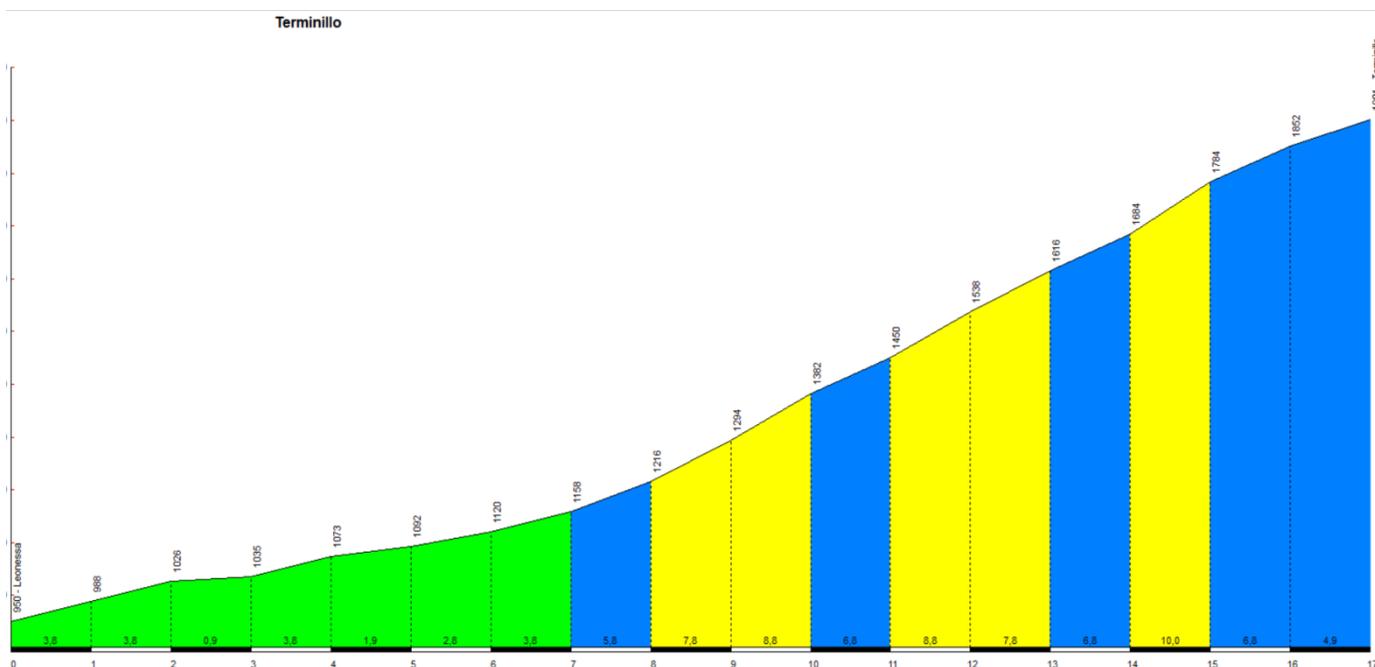
Poco dopo il 2° km la pendenza scende al 7-8% fino ai tornanti, poco distanziati tra loro, nel primo si sale all'11% per poi spianare subito dopo, tra il 2° (verso destra) ed il 3° (verso sinistra), la pendenza cala ad un modico 5% ma dura poco visto che i tornanti sono molto ravvicinati.

Superato anche il 4° tornante, che è l'ultimo di questa serie, la pendenza torna ad aumentare, 7-8% con punte dell'11, si passa così il 3° km, la quota è intorno ai 480m. Fino al km 3,5 la pendenza scende e torna pedalabile intorno al 5%, ma c'è poco da gioire visto che si arriva al 4° km con un drittone sempre sopra al 10%, seguito da una breve spianata per poi risalire all'8%. In corrispondenza del 5° finalmente un po' di sollievo, la pendenza gradualmente scende fino ad annullarsi, siamo a mezza costa sul monte Coscerno, la strada è intagliata nella roccia e di prima mattina offre anche molta ombra. Si giunge così e si supera il cartello del 6° km, tornante a destra, 200m dopo il quale si torna a salire intorno all'8%. Ci stiamo avvicinando all'abitato di Casco, dove si arriva circa al 7°km in leggera discesa. Il paesino in questione (tipicamente ristrutturato) quasi non si vede dalla strada che volta a sinistra, mentre il paese rimane sul fianco destro della montagna, più in basso rispetto alla strada. Dopo il paese e prima dell'8°km si torna a salire, prima all'8 poi anche all'10%, incontriamo adesso due tornanti, pedalabili e inframmezzati da una pineta (seppur breve). Prima di altri due tornanti che si trovano in corrispondenza del 10°km (quota 950m circa), c'è un tratto in cui si torna al 10-11%. Spianata di circa 500m poco prima del 12°km, Gavelli si comincia a intravedere ma c'è ancora da soffrire un po', si torna infatti al 9% per poi salire poco prima del paese al 10-11%; passato il cartello del paese la salita è praticamente finita, c'è una fontana sulla destra nella piazzetta, dopo la quale, la salita continua per appena 200m, fino al valico vero e proprio, non contrassegnato da nessun cartello!!

TERMINILLO

Lato Leonessa 17 km di salita sino alla Sella di Leonessa per 950 mt. di dislivello.

E' una salita per amatori veri, nessuna macchina mai. Si parte dal carinissimo abitato di Leonessa posto a 950 mt.. Lasciandoselo sulla propria destra gli si gira intorno e dopo un bivio cui si svolta a dx, inizia la salita nella Vallonina, verdissima d'estate e infuocata dai colori dell'autunno grazie ai faggi multicolori. I primi 7 km sono un falsopiano a salire tra l'1 e il 3%, in cui fare velocità di rapporto, sperando di non avere il vento contro, in cui si sale appena 200 metri circa. Passato un ponticello la strada piega a dx e di lì si possono azzerare in cronometri perché non si scherza più e la strada sale variabilmente fra l'8 e il 10%, con brevi impennate intorno al 12/13%. Il primo tratto è spettacolare, tutto in un fitto bosco di faggi che prosegue fra curve e controcurve per circa 7,5 km in cui si sale circa altri 600 metri, sino a quando dopo una curva a dx si esce dal bosco e si vede la sommità del Terminillo. Ci si rincuora, si pensa che sia fatta. In realtà manca la parte più impegnativa di circa 2 km sempre fra il 9/10/11% in cui l'altura e il sole, oltre alla stanchezza, acquiscono la fatica. La Sella ancora non si vede, ma si raggiunge in breve una serie di tornanti con pendenza un minimo meno impegnativa (6/7%) al termine dei quali si giunge infine all'agognato GPM, dopo una ascesa che se sarà andata male, ci avrà visto incontrare forse una o due auto. Anche questo versante è totalmente primo di fontanelle, quindi consigliato all'ingresso dell'abitato di Leonessa, appena passato un arco, rifornirsi alle due fontanelle subito a sx.



IL TERMINILLO



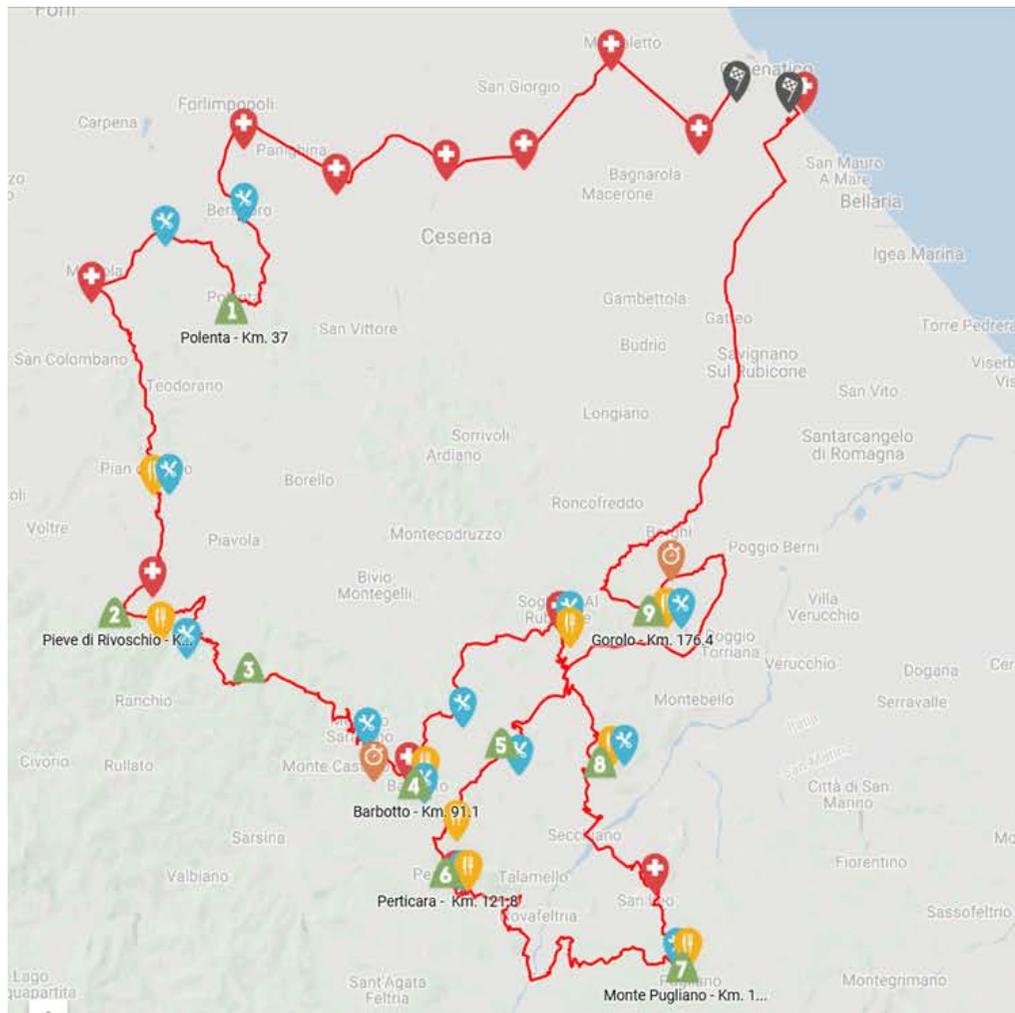
La regina delle GranFondo

“Nove Colli”

19 Maggio 2019



9 COLLI: il percorso LUNGO



205 km
DISLIVELLO 3840 M

Una gara che mette alla prova qualsiasi atleta, anche i più preparati, ma che indubbiamente regala emozioni indimenticabili

Lunghezza: 205 Km

Altezza Massima: 791 m

Salite compresi i falsopiani: 89 km

In discesa: 77km

Pianeggianti: 39km

Pendenza Max: 18 %



Griglia di partenza



Altimetria



Numeri e rapporti

9 COLLI: il percorso LUNGO – LE SALITE

Si parte dal porto canale di Cesenatico percorrendo i primi 28 km con medie molto elevate (oltre i 40Km/h) sfruttando le scie degli altri ciclisti, arrivando alla prima salita, quella per Bertinoro.

km 37: Polenta La prima salita della Nove Colli si incontra nel bertinorese. 8 chilometri di ascesa con una pendenza media del 3% e una pendenza massima del 13%: 227 metri il dislivello.

km 65: Pieve di Rivoschio Giunti in quel di Piandispino iniziano altri 8 chilometri di salita: la pendenza media è del 4,7%, mentre la massima tocca il 9%. 307 metri il dislivello.

km 80: Ciola Superata Linaro si giunge all'ascesa di Ciola: la lunghezza della salita è di 6 km, con un dislivello di 313 metri. 5,5% la pendenza media; 11% la massima.

km 91: Barbotto Probabilmente la salita più impegnativa e rappresentativa. In soli 5,5 km si sale di 372 metri. La pendenza massima raggiunge addirittura il 18%: 6,9% quella media.

km 112: Monte Tiffi Situata nel comune di Sogliano, è una salita di soli 3 km: tuttavia la pendenza massima tocca il 16%. La media è del 5,8%.

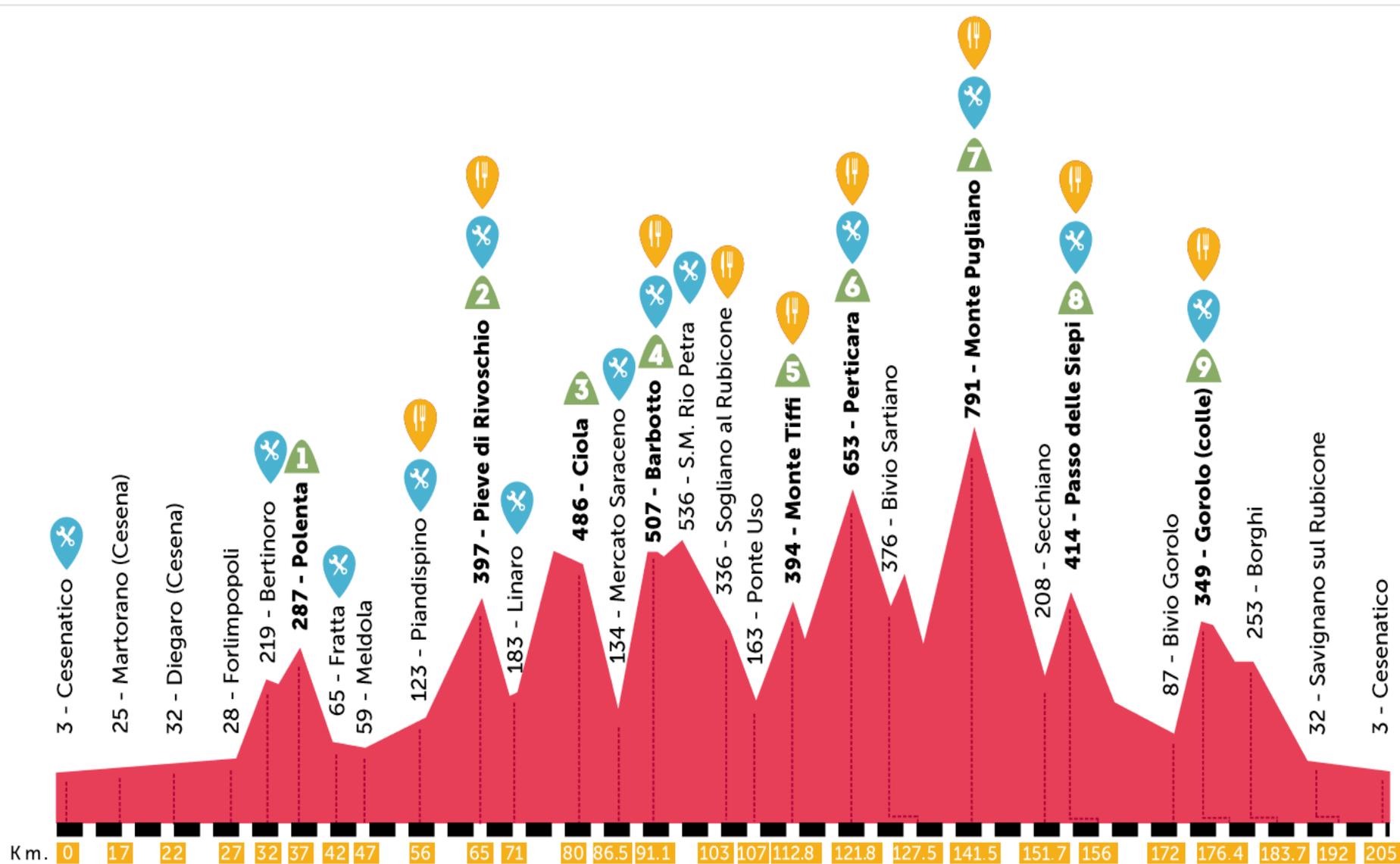
km 121: Peticara Superato il Monte Tiffi si raggiunge Peticara, nei pressi di Novafeltria. 4,1% la pendenza media; 12% quella massima, per un dislivello che sfiora i 370 metri.

km 141: Monte Pugliano Il dislivello più importante della Nove Colli: in nove chilometri si sale di ben 511 metri, frutto di una pendenza media del 5,6%. La massima tocca il 12%.

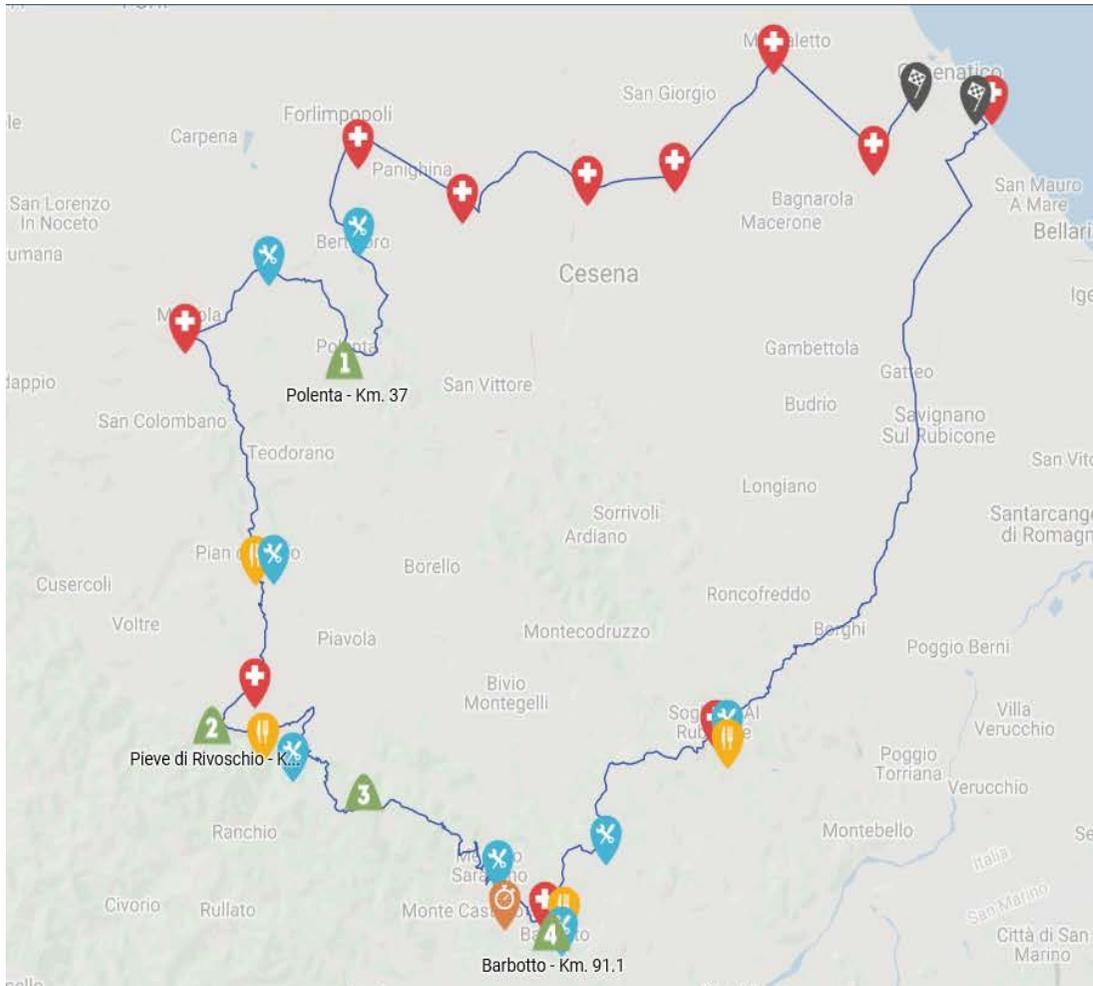
km 156: Passo delle siepi Superata Secchiano si giunge a questa ascesa di 4 chilometri: 5,8% la pendenza media, "solo" 7% quella massima.

km 176: Gorolo L'ultima fatica della Nove Colli è anche una delle più dure da affrontare. Ascesa relativamente breve di 4 chilometri, ma con un muro che tocca il 17%. La pendenza media è del 6%.

9 COLLI: il percorso LUNGO – L'ALTIMETRIA



9 COLLI: il percorso MEDIO



130 km

DISLIVELLO 1871 M

Una gara che mette alla prova qualsiasi atleta, anche i più preparati, ma che indubbiamente regala emozioni indimenticabili

Lunghezza: 130 Km

Altezza Massima: 536 m

In salita: 50 km

In discesa: 46 km

Pianeggianti: 34 km

Pendenza Max: 18 %



Griglia di partenza

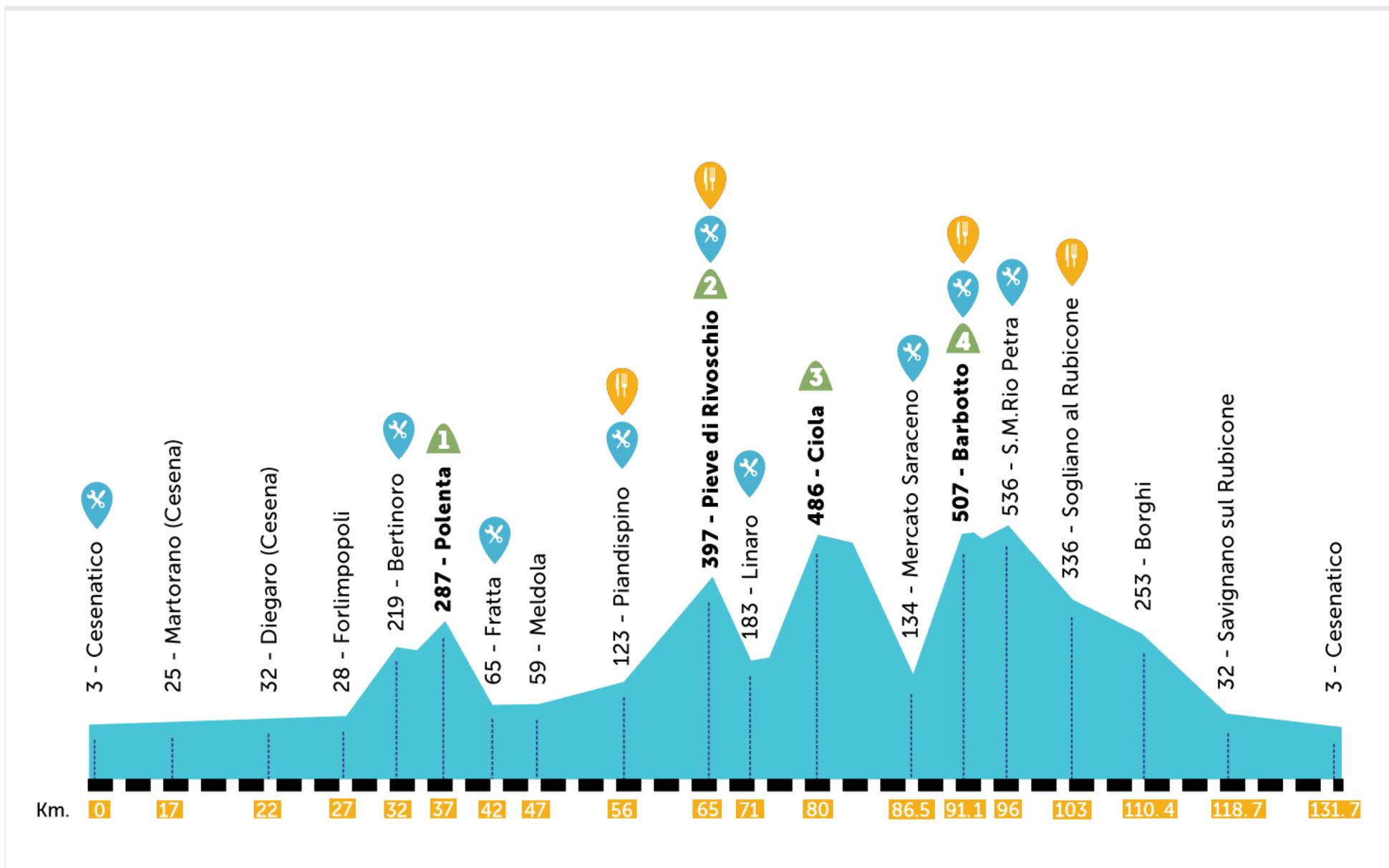


Altimetria



Numeri e rapporti

9 COLLI: il percorso MEDIO – L'ALTIMETRIA



9 COLLI: il percorso MEDIO – LE SALITE

Il Percorso

Si parte dal porto canale di Cesenatico percorrendo i primi 28 km con medie molto elevate (oltre i 40Km/h) sfruttando le scie degli altri ciclisti, arrivando alla prima salita, quella per Bertinoro.

1

km 37: Polenta

La prima salita della Nove Colli si incontra nel bertinorese. 8 chilometri di ascesa con una pendenza media del 3% e una pendenza massima del 13%: 227 metri il dislivello.

2

km 65: Pieve di Rivoschio

Giunti in quel di Piandispino iniziano altri 8 chilometri di salita: la pendenza media è del 4,7%, mentre la massima tocca il 9%. 307 metri il dislivello.

3

km 80: Ciola

Superata Linaro si giunge all'ascesa di Ciola: la lunghezza della salita è di 6 km, con un dislivello di 313 metri. 5,5% la pendenza media; 11% la massima.

4

km 91: Barbotto

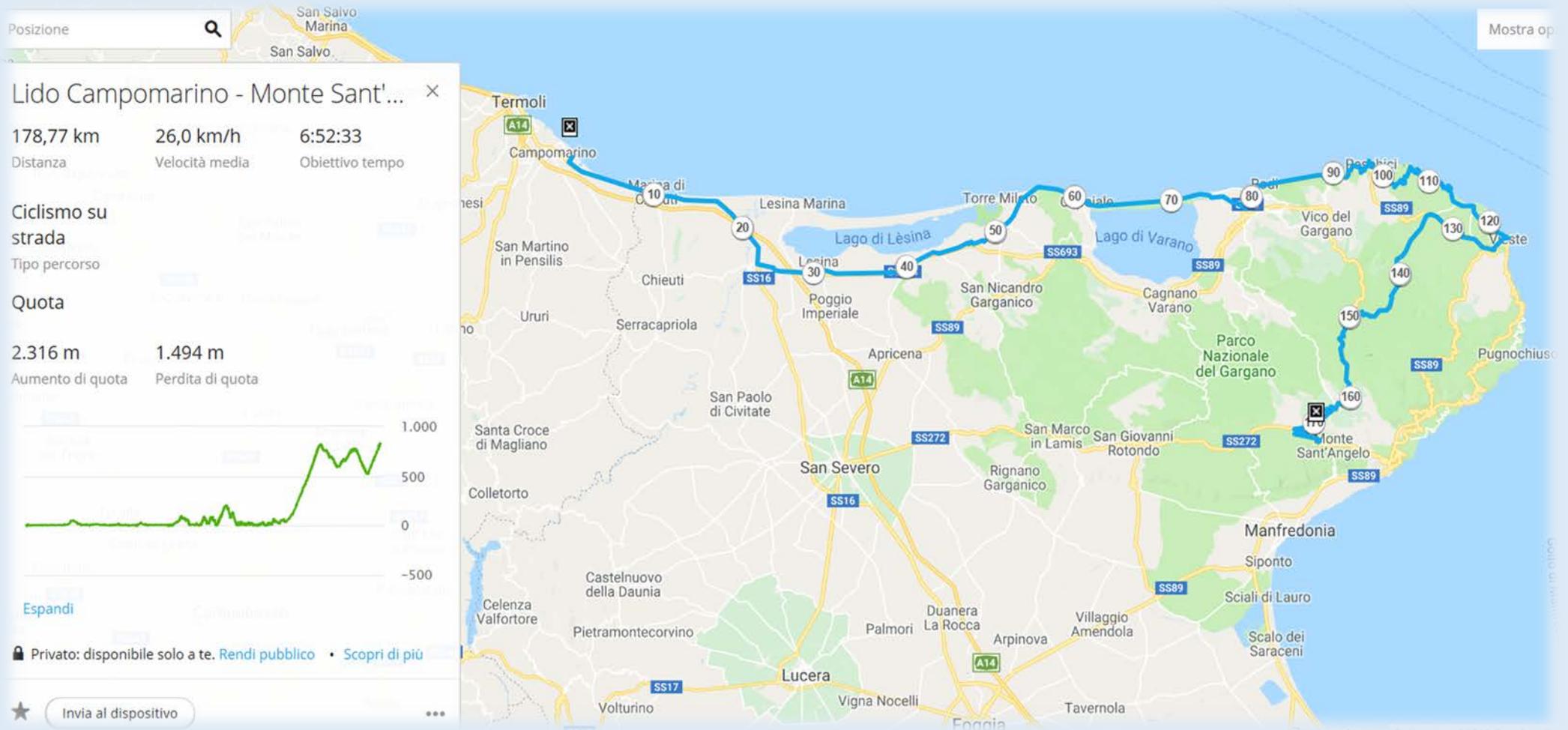
Probabilmente la salita più impegnativa e rappresentativa. In soli 5,5 km si sale di 372 metri. La pendenza massima raggiunge addirittura il 18%; 6,9% quella media.



3 gg 2019 : Roma – Monte Sant’Angelo

“Terza Tappa : Lido di Campomarino – M.S. Angelo”

1 giugno 2019



3 gg 2019 : Roma – Monte Sant’Angelo

INFORMAZIONI

La 3gg Orange vedrà la partenza direttamente da Roma ed attraversando prima i Colli Albani punterà su Colferro ed il Frusinate fino a Sora dove inizierà la salita più lunga del tour (29 km). La discesa verso Opi ci porterà a **Barrea**, un piccolo borgo dell’Abruzzo con meravigliosa vista lago, arroccato su di uno sperone roccioso di montagna. Importante località turistica, che appartiene alla Comunità Montana Alto Sangro e all’Altopiano delle Cinque Miglia ed è uno dei centri principali del Parco Nazionale d’Abruzzo, Lazio e Molise. Qui faremo sosta per la prima tappa.

La seconda tappa attraverserà il Molise regione ricca di storia e bellezze naturalistiche, con **tradizioni montanare e pastorali**. Il territorio molisano è equamente diviso tra montagne e colline. È attraversato interamente dalla dorsale appenninica e caratterizzato da **dolci colline** che degradano, con ampie ondulazioni e **terrazze**, verso le strette pianure attraversate dai fiumi e quindi verso il mare. Ed è proprio verso il mare che ci dirigeremo facendo sosta per la seconda tappa al Lido di Campomarino

La terza tappa, la più lunga e forse più impegnativa, lambirà la costa pugliese, i laghi di Lesina e Varano per inoltrarsi poi nella meraviglia del Gargano.

Il **Gargano**, noto anche come "Sperone d'Italia", coincide con l'omonimo [promontorio](#) montuoso che si estende nella parte settentrionale della [Puglia](#); Le rocce più antiche che affiorano sul promontorio garganico risalgono al [periodo Giurassico](#).

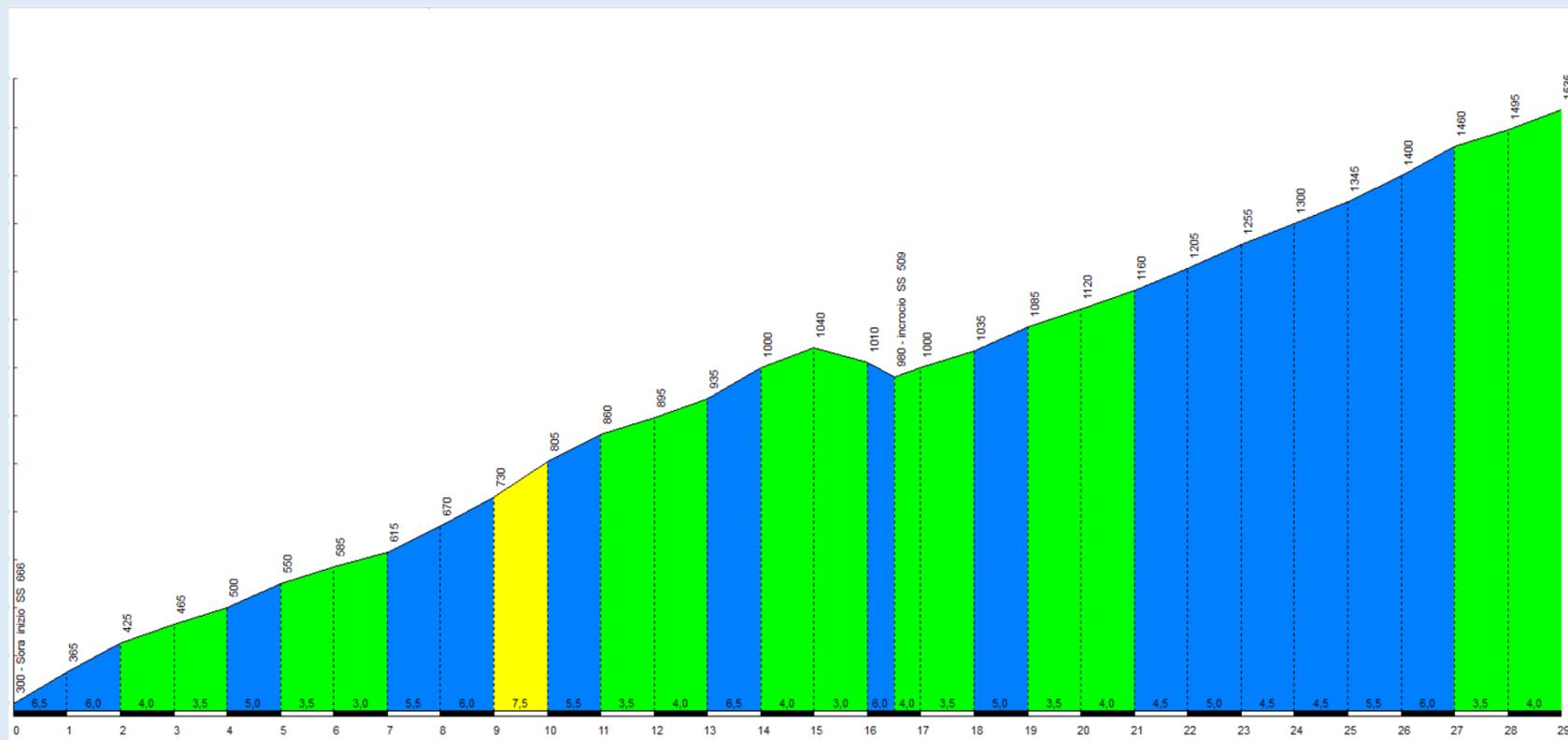
Il promontorio garganico presenta un andamento territoriale notevolmente diversificato. Le escursioni altimetriche sono notevoli: in alcuni punti, attraverso uno spostamento di meno di dieci chilometri in linea d'aria, si passa da oltre mille metri d'altitudine al livello del mare. Con un'altitudine massima di 1065 [m s.l.m.](#) ed un'estensione di circa 2100 km², di cui 110 sono rappresentati dal [Lago di Lesina](#) e dal [Lago di Varano](#), il Gargano è a tutti gli effetti un [massiccio](#) montuoso isolato che si erge tra il mare [Adriatico](#) e il [Tavoliere](#).

Rodi Garganico Peschici e Vieste sono solo alcune delle località, che attraverseremo, più conosciute ed apprezzate nella zona e rappresentano dei centri turistici molto vivaci. Potremo godere di un meraviglioso panorama tra mare e monti che attraverso la Foresta Umbra ci porterà alla destinazione finale di Monte Sant’Angelo vero punto dominante su tutta la costa.

3 gg 2019 : Roma – Monte Sant'Angelo

LE SALITE IMPORTANTI

FORCA D'ACERO

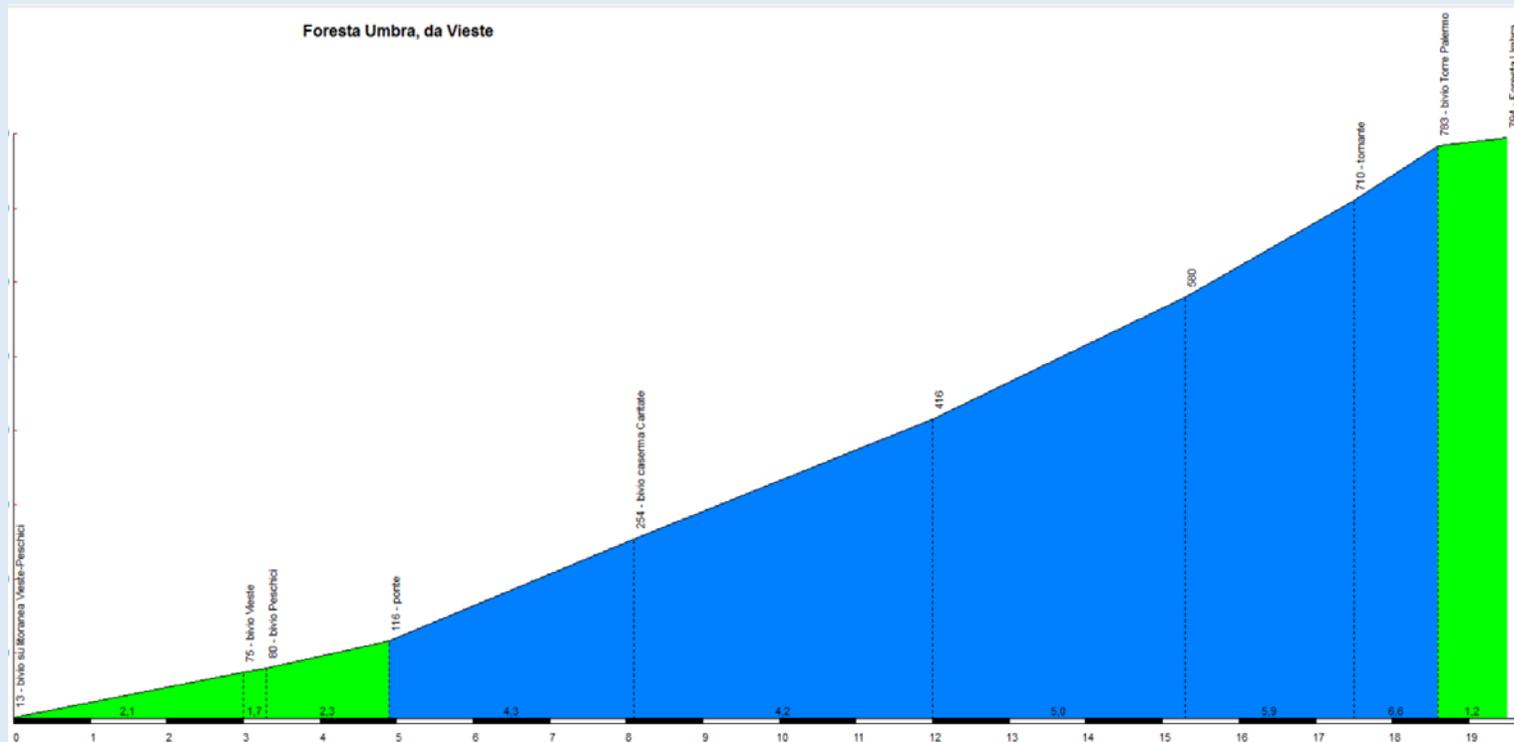


Forca

d'Acero è un [valico](#) stradale [appenninico](#) posto a 1.538 [m s.l.m.](#) sull'[Appennino centrale](#) lungo lo [spartiacque](#) appenninico primario tra [Abruzzo](#) e [Lazio](#), tra la [provincia dell'Aquila](#) e quella di [Frosinone](#), attraversato dalla [Strada statale 509 di Forca d'Acero](#) e segnava del limitare del [Parco nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise](#). Collega i comuni di [Opi](#) e [San Donato Val di Comino](#).

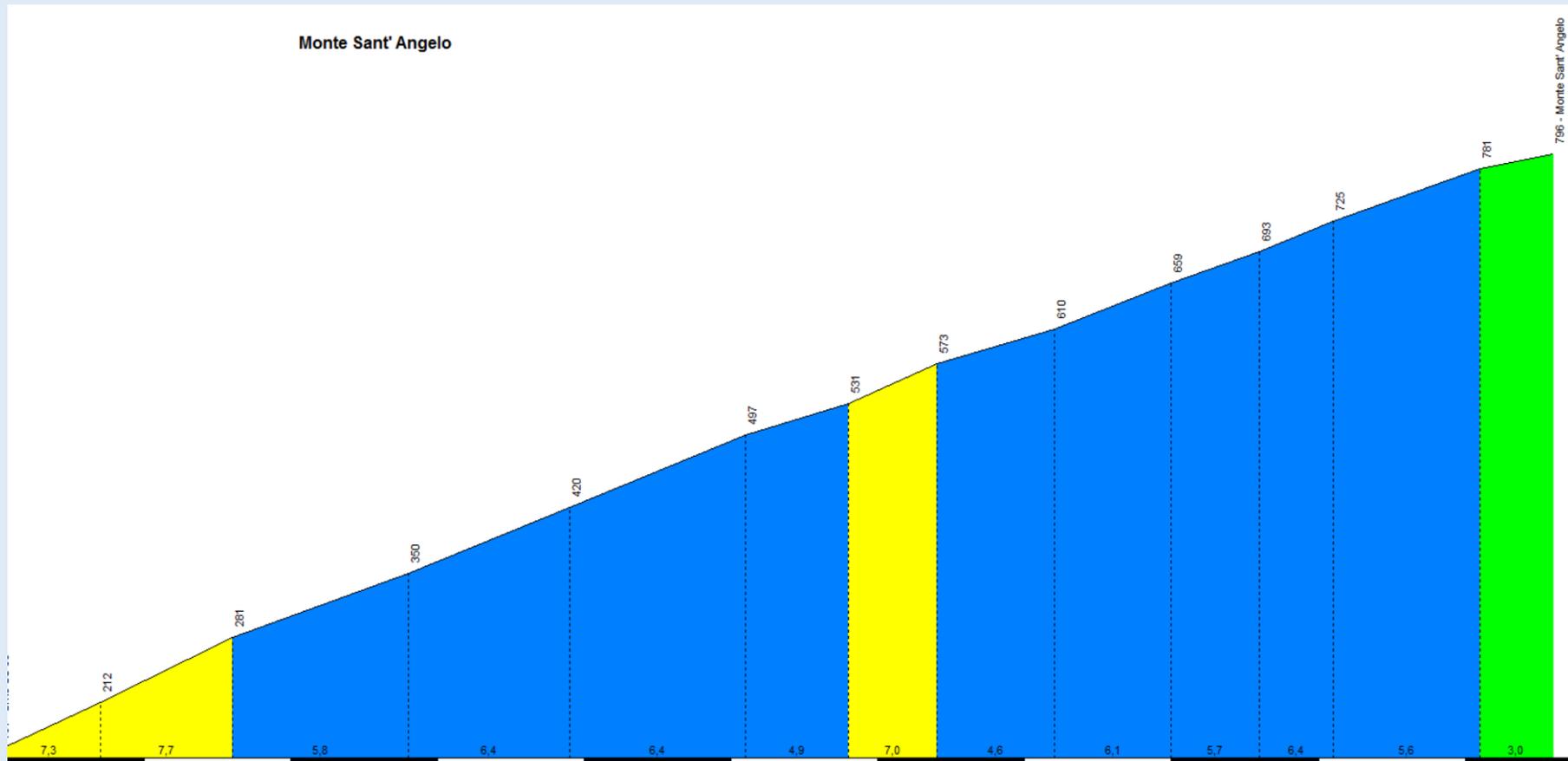
La salita alla Forca d'Acero è stata affrontata 4 volte nella storia del [Giro d'Italia](#), l'ultima nel 2015, nella tappa da [Fiuggi](#) a [Campitello Matese](#). L'ascesa alla forca è stato affrontata tre volte dal versante laziale e una dal versante abruzzese nel 2008 più corta. La salita dal versante laziale, presenta un dislivello di 1235 m da [Sora](#) e 1187 da [Atina](#) raggiunta con pendenze medie del 5%, massime del 9%.

FORESTA UMBRA



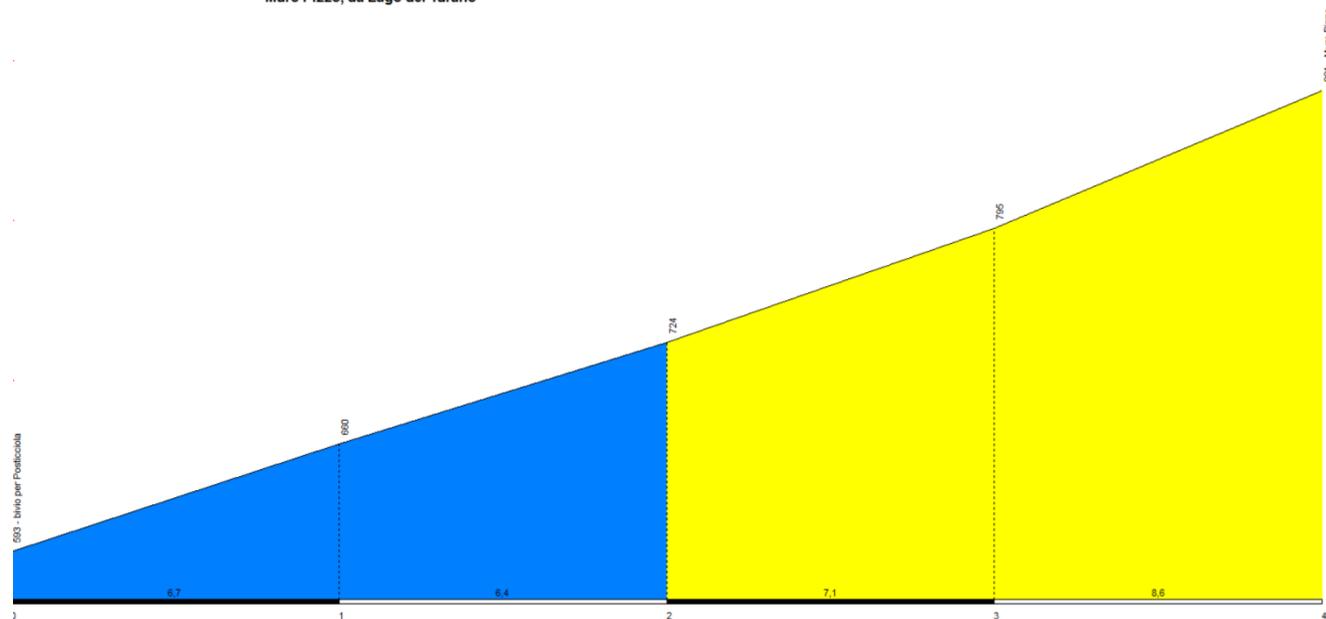
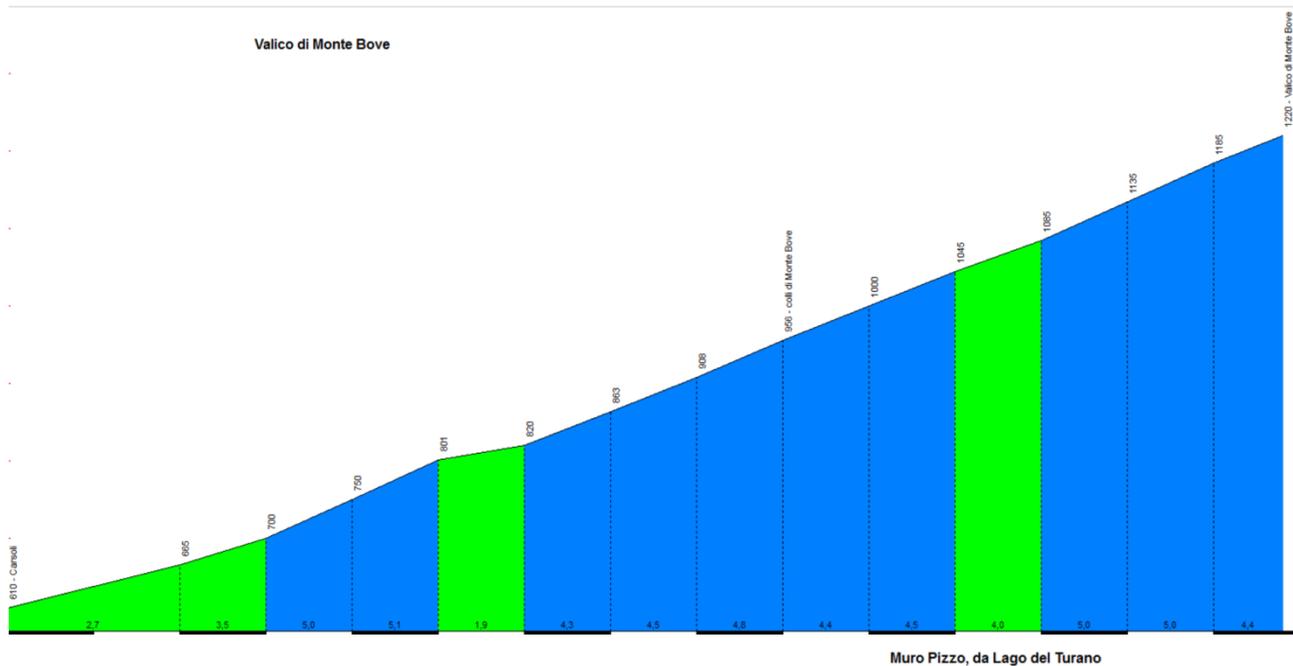
Bel percorso lasciando Vieste immerso nella foresta umbra in costante salita mai troppo dura (pendenza media 5%, max 8%)

MONTE SANT'ANGELO



Tornati sul versante sud del promontorio del Gargano una serie di tornanti (5 km di curve in salita!) sale a Monte Sant'Angelo dove il principale punto d'interesse è il Santuario di San Michele Arcangelo meta di un continuo pellegrinaggio.

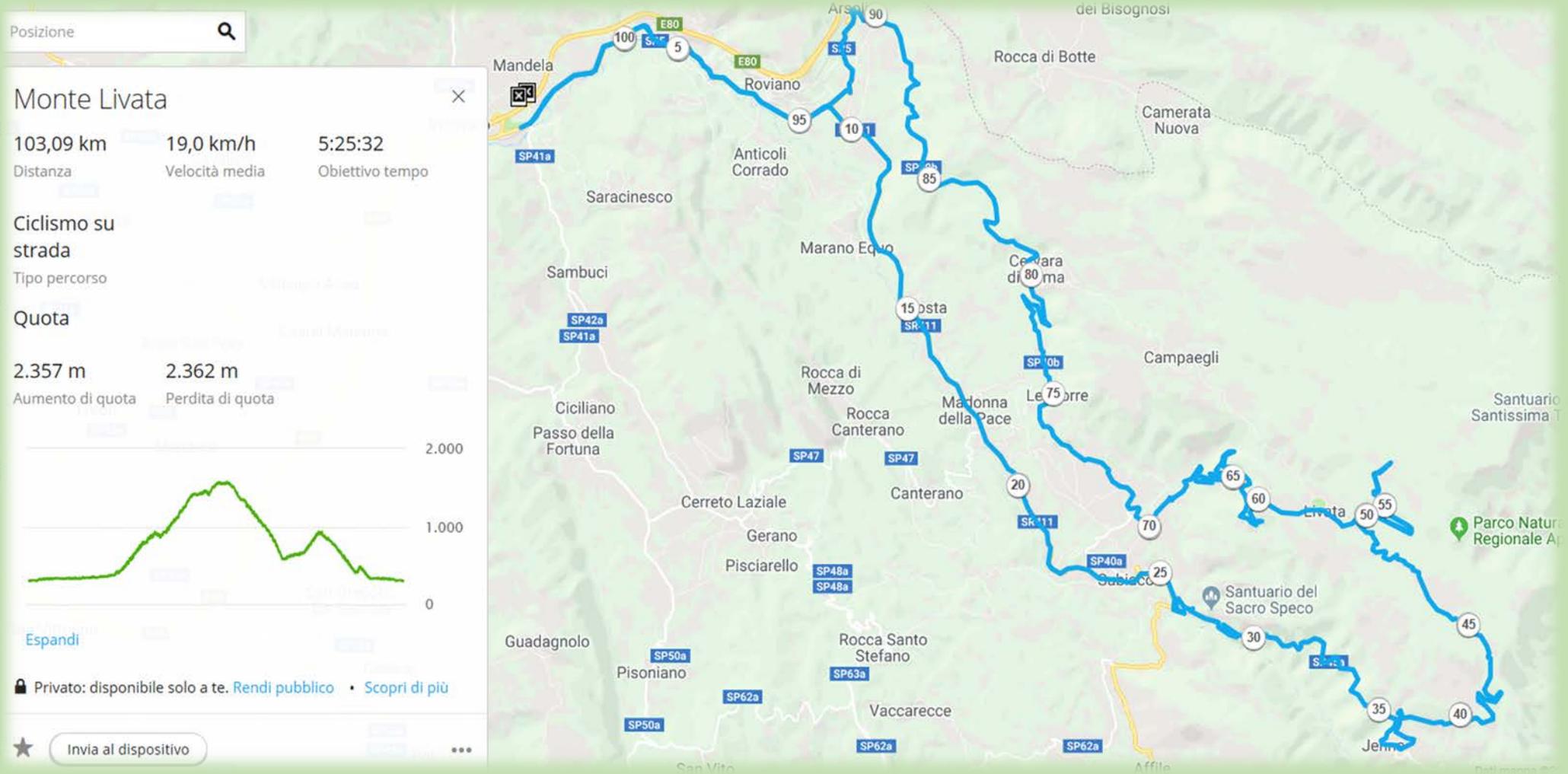
Colli di Montebove e Lago del Turano: LE 2 SALITE



Monte Livata/Campo dell'Osso

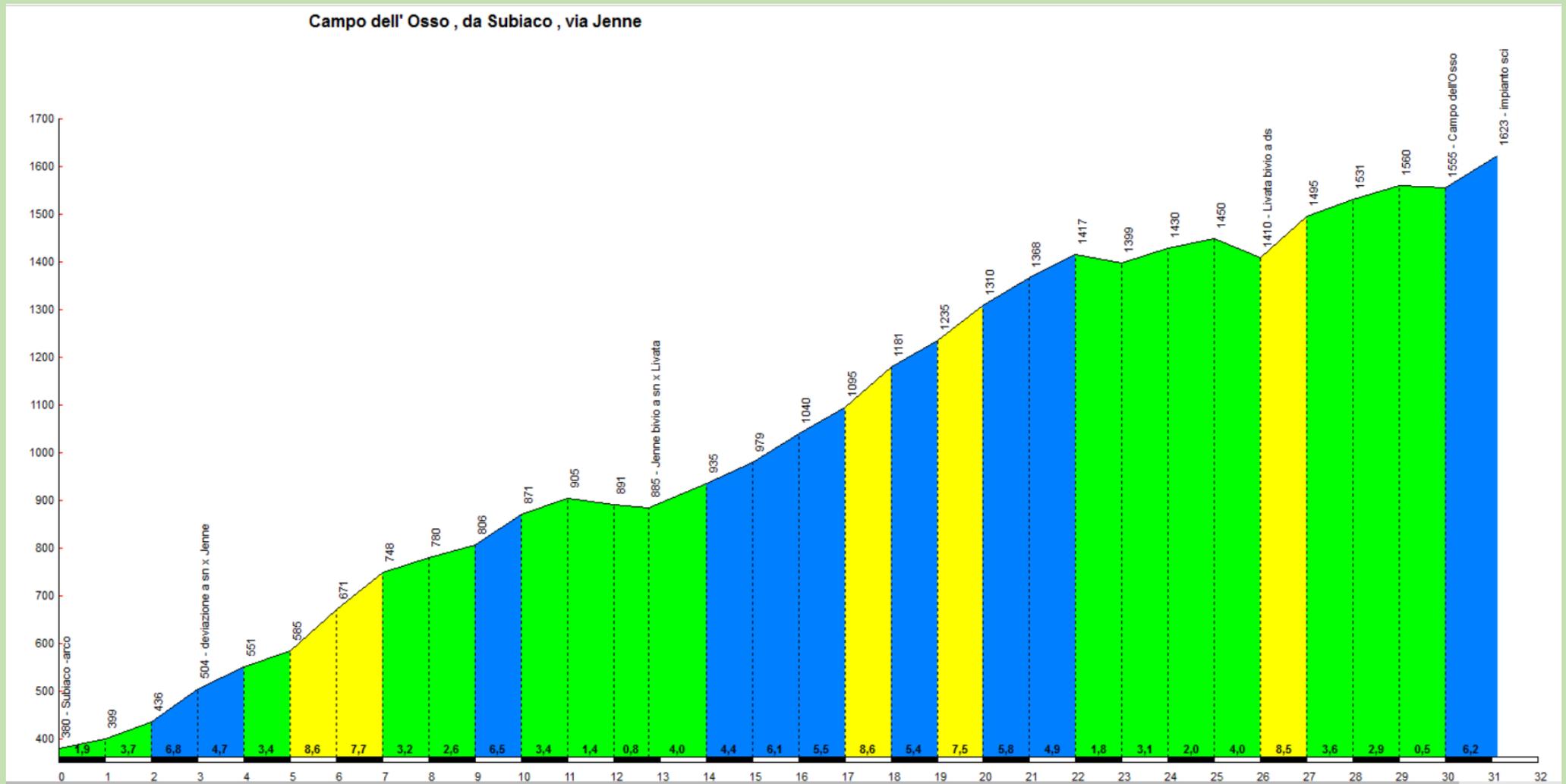
“La magia dei monti Simbruini”

23 Giugno 2019



Monte Livata/Campo dell'Osso

ALTIMETRIA



Bormio e le salite del mito – Cima Coppi Orange 2019

4 – 8 Luglio



Stelvio





Terme di Bormio



Passo Gavia

Bormio e le salite del mito

“Bernina e Livigno”

5 Luglio 2019



Bernina-Livigno

Tipo di evento: Non classificata | Percorso: -- | Attrezzatura: 1

127,85 km

Distanza

6:55:30

Tempo

18,5 km/h

Velocità media

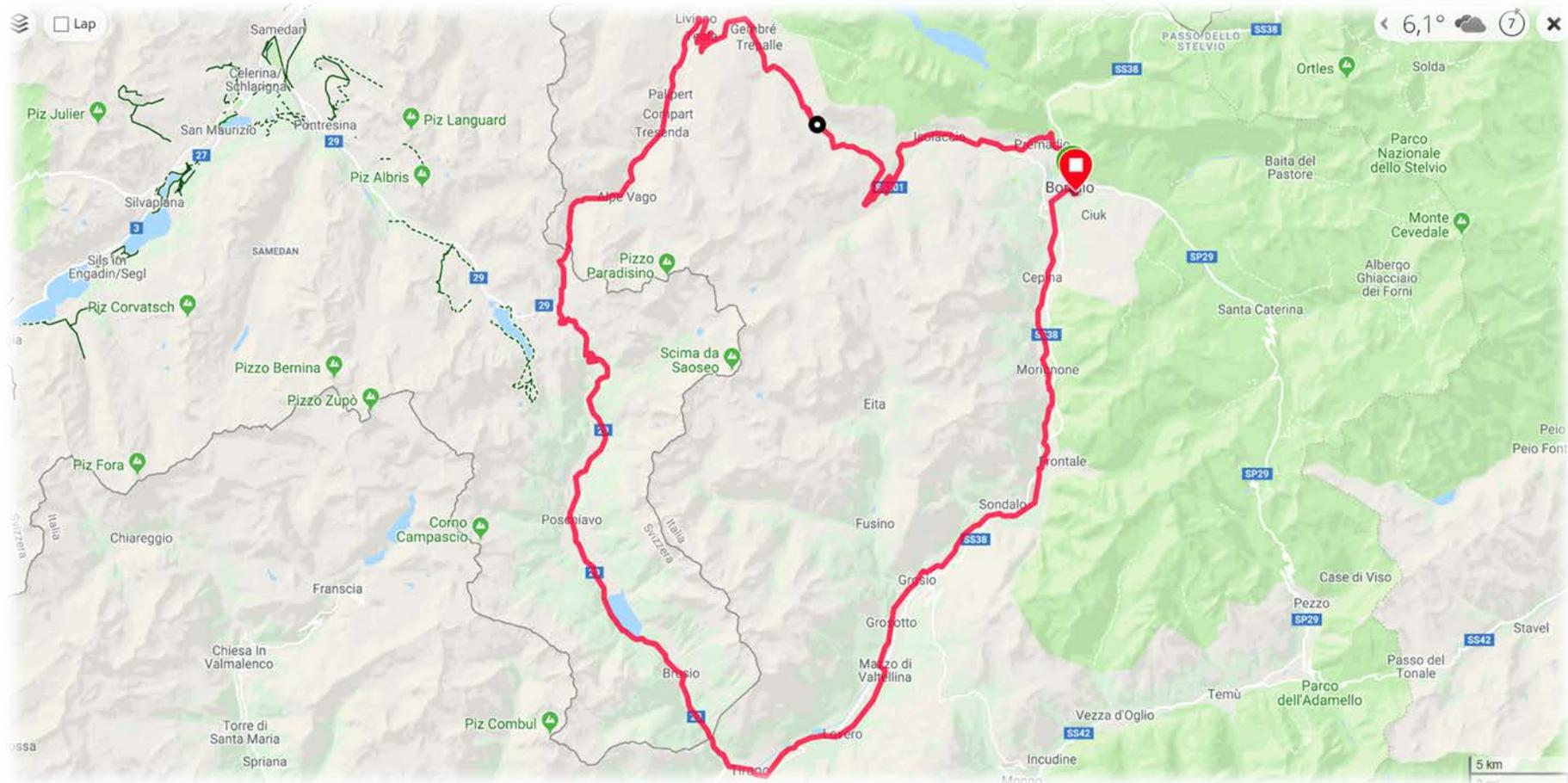
2.789 m

G. quota

6.298 C

Calorie

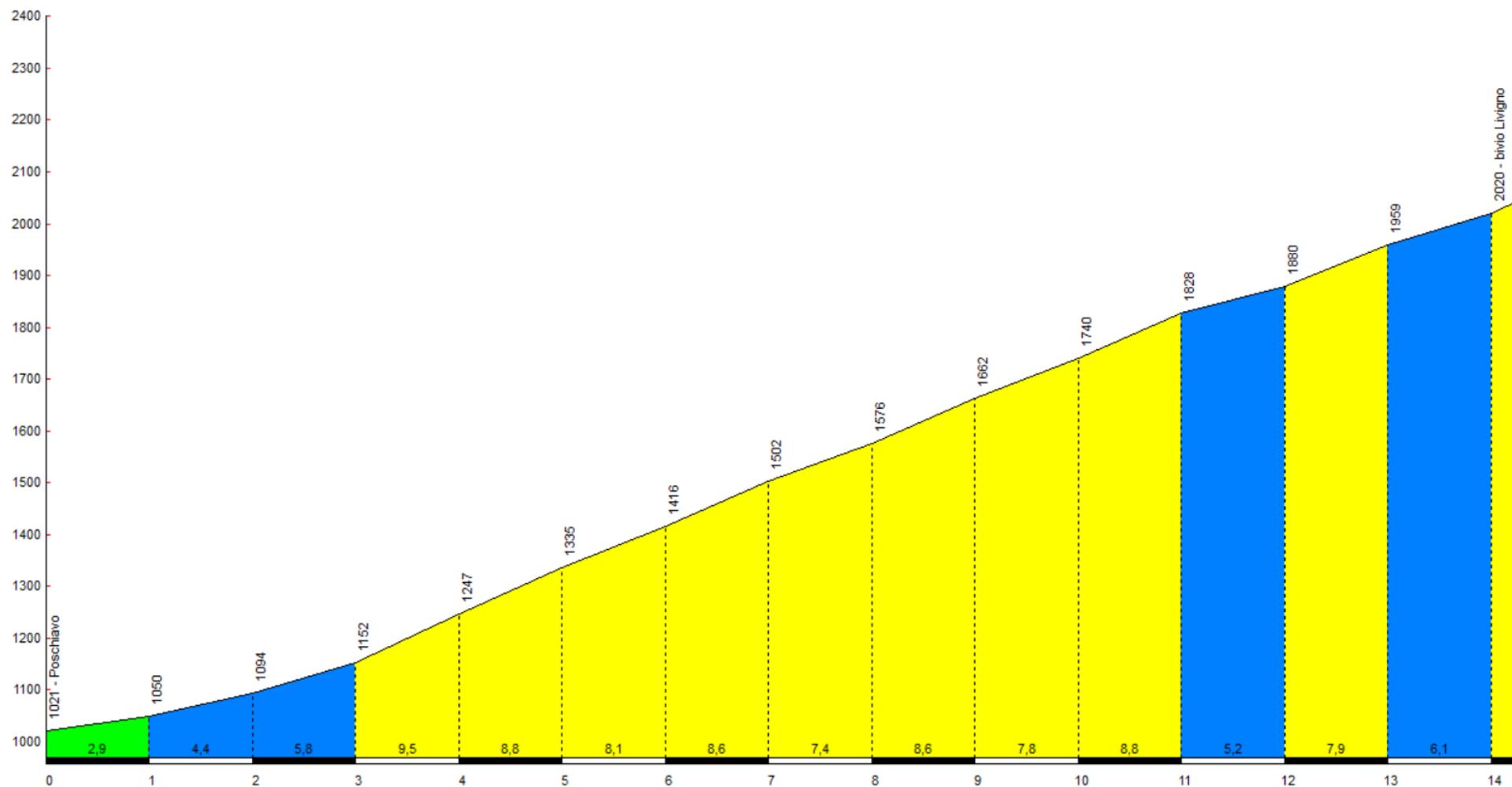
Foto



Passo Bernina fino al bivio per Livigno

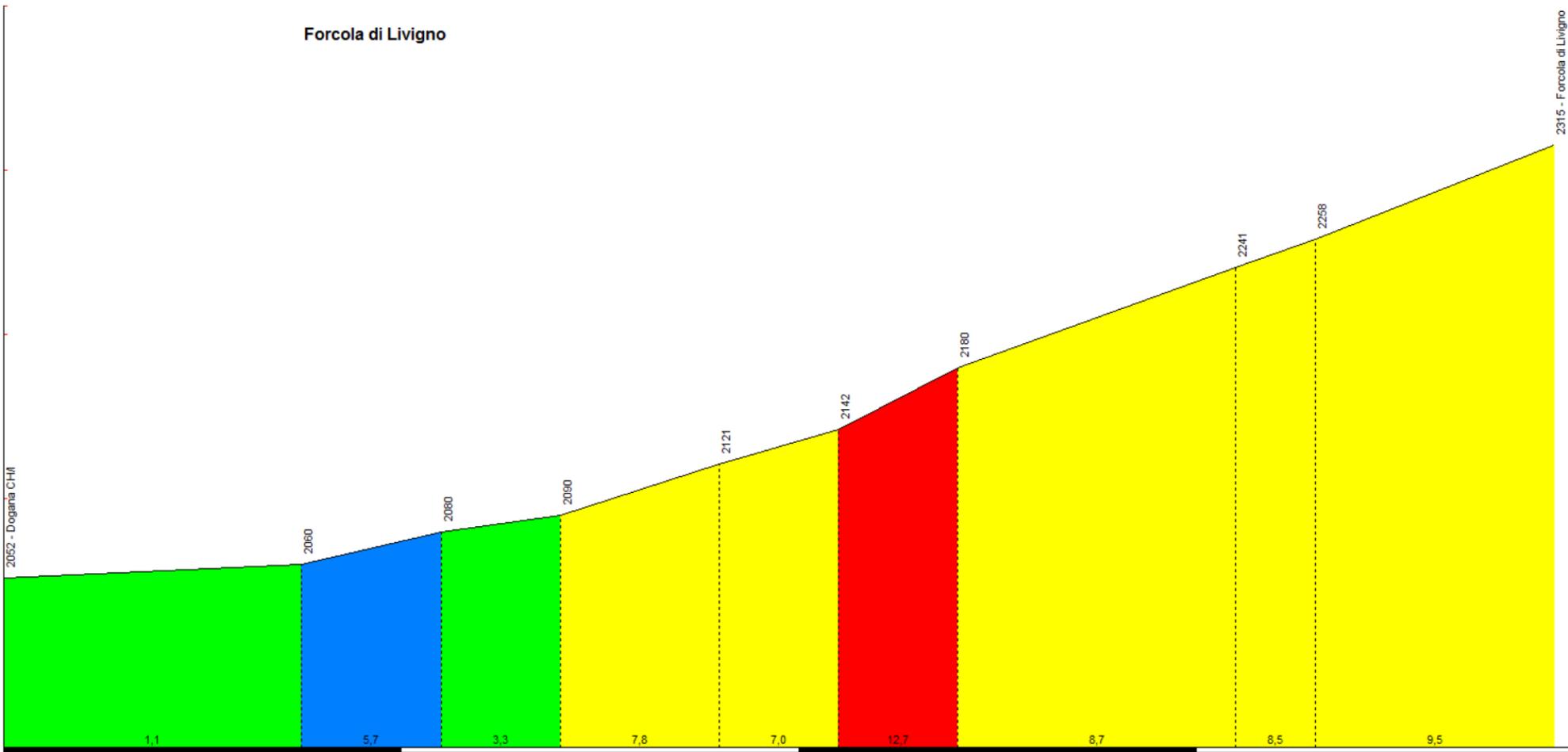
ALTIMETRIA

Passo del Bernina, da Poschiavo



Forcola di Livigno da bivio per Livigno

ALTIMETRIA



Bormio e le salite del mito

Passo dello Stelvio

6 Luglio 2019



Stelvio

Tipo di evento: Non classificata ▼ Percorso: -- ▼ Attrezzatura: 1

44,41 km

Distanza

2:47:30

Tempo

15,9 km/h

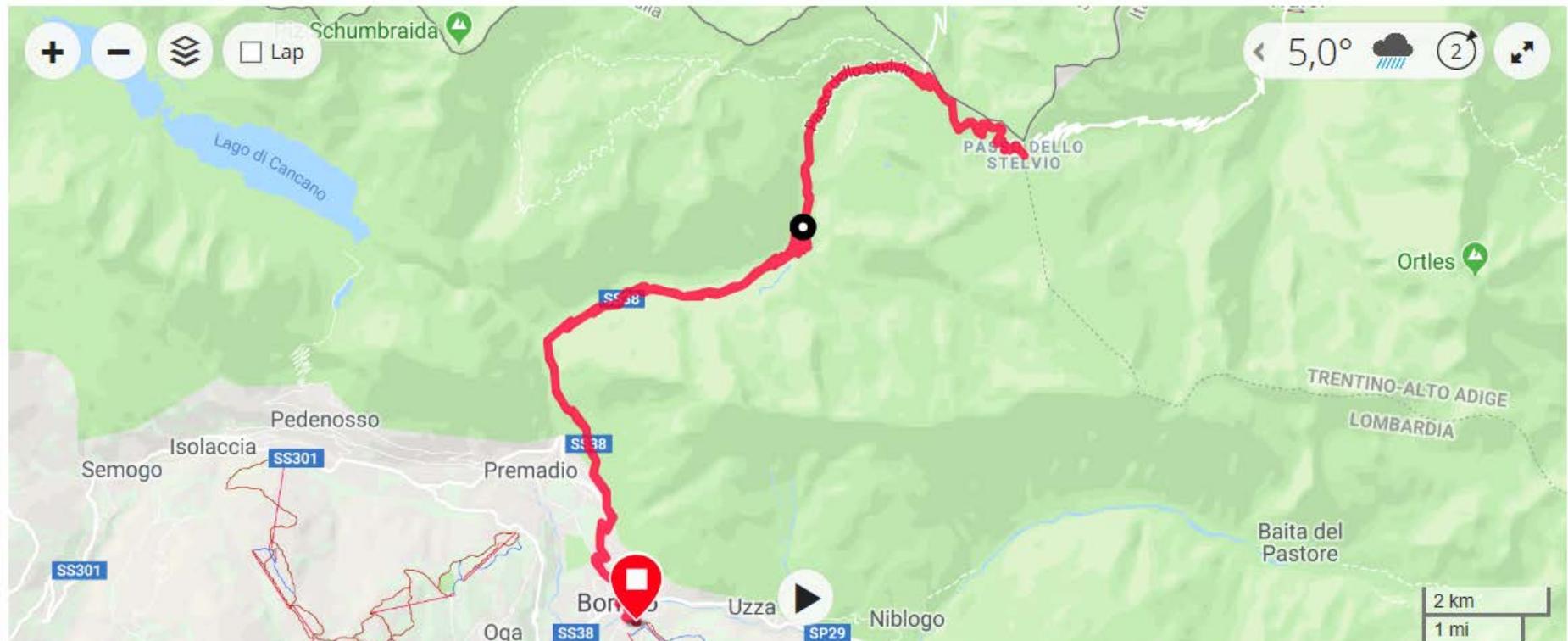
Velocità media

1.643 m

G. quota

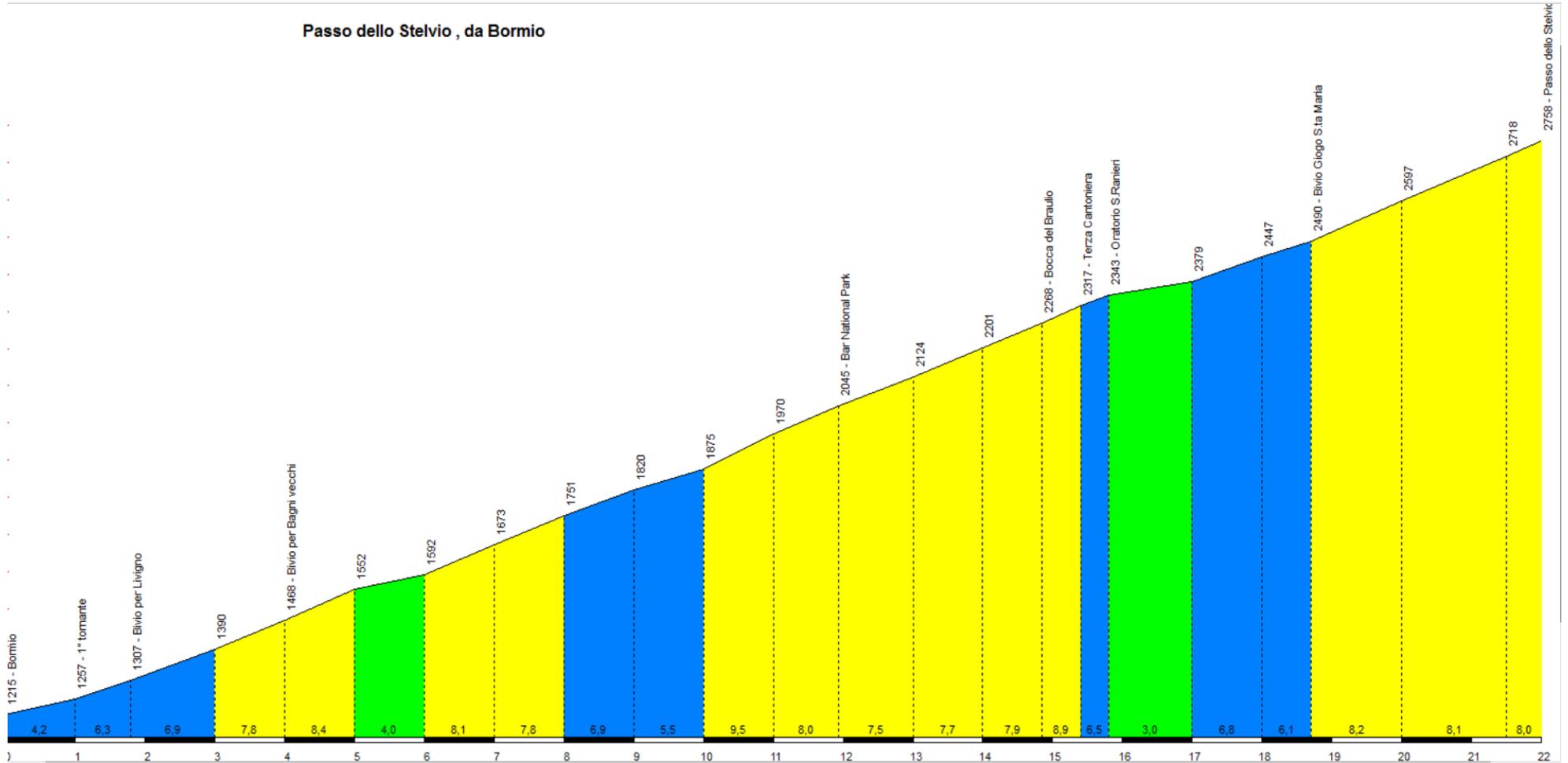
2.287 C

Calorie



Passo dello Stelvio

ALTIMETRIA



Bormio e le salite del mito

“Aprica e Passo Gavia”

7 luglio 2019



Gavia ✎

Tipo di evento: Non classificata ▼ Percorso: -- ▼ Attrezzatura: 1

128,90 km
Distanza

6:40:33
Tempo

19,3 km/h
Velocità media

3.114 m
G. quota

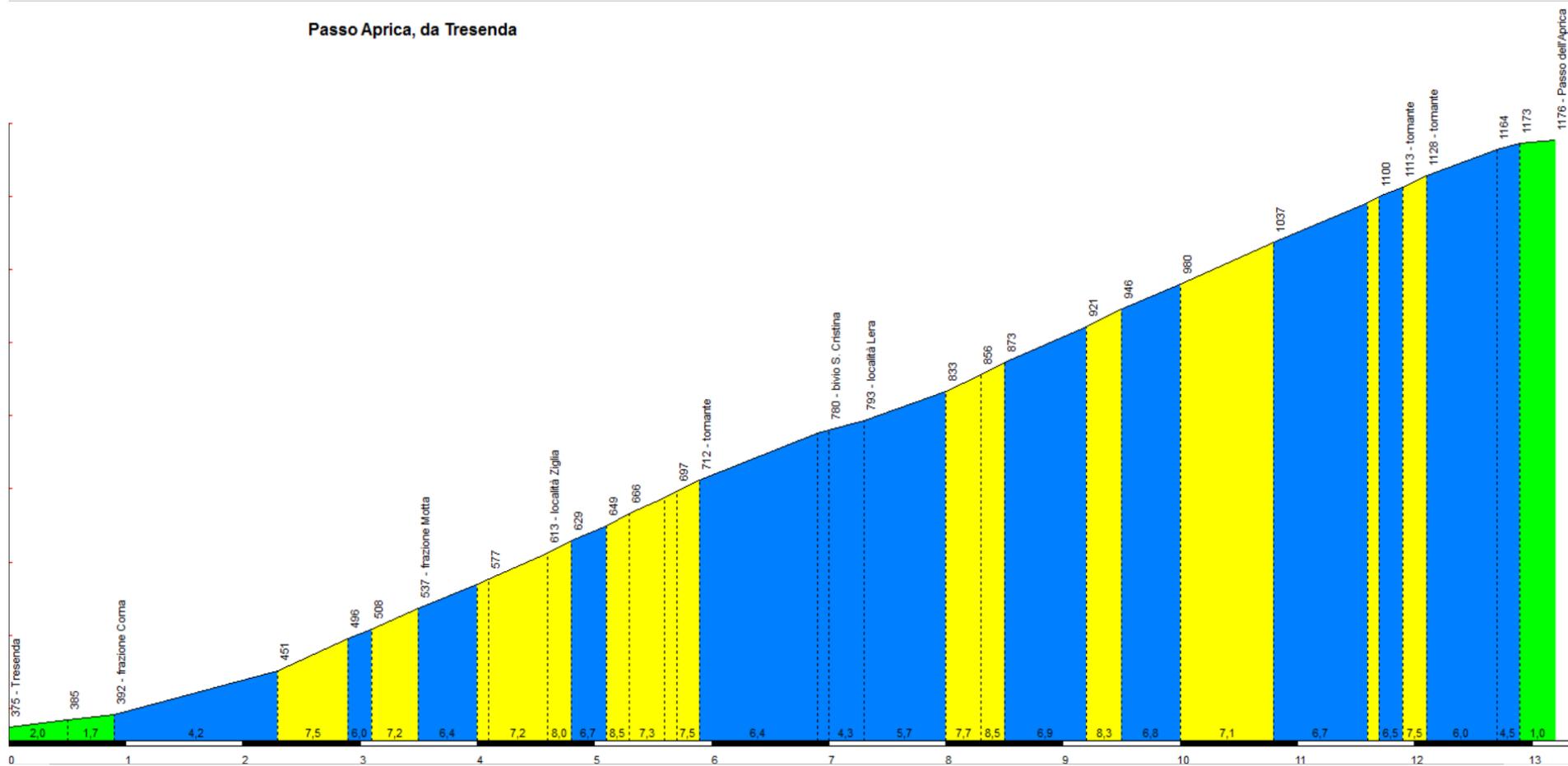
6.379 C
Calorie



Passo Aprica

ALTIMETRIA

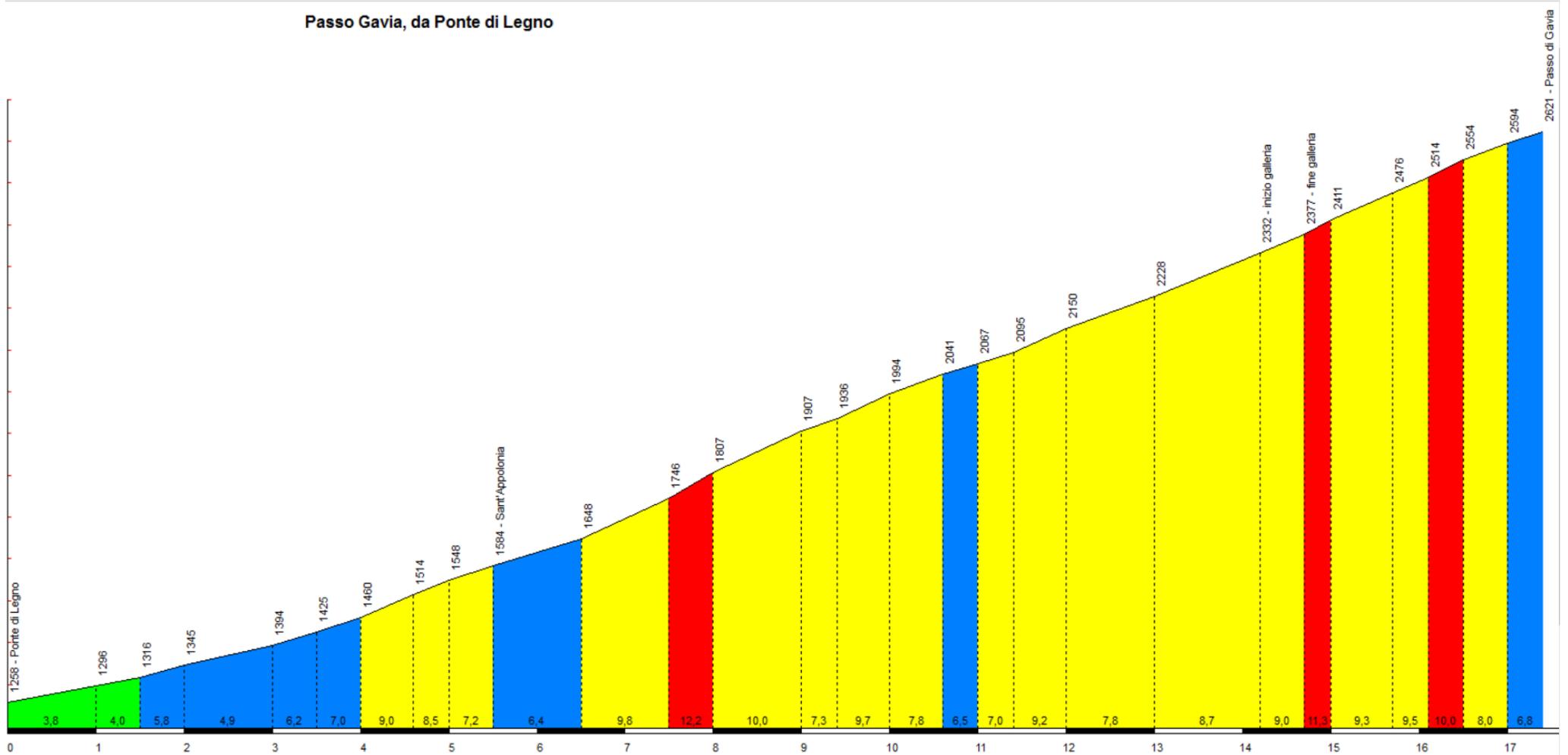
Passo Aprica, da Tresenda



Passo Gavia

ALTIMETRIA

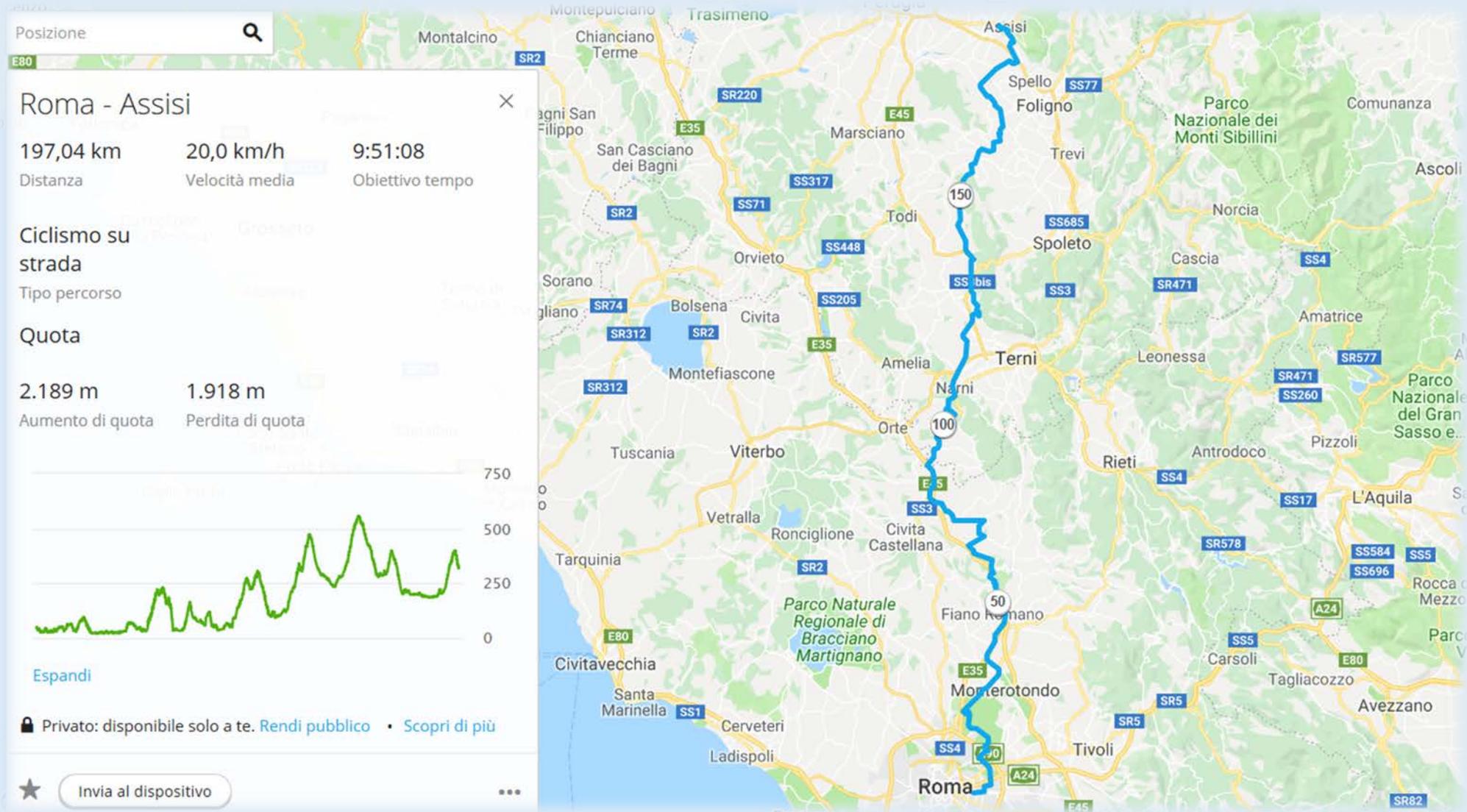
Passo Gavia, da Ponte di Legno



“Le strade Francescane”

Roma - Assisi

21 Settembre 2019

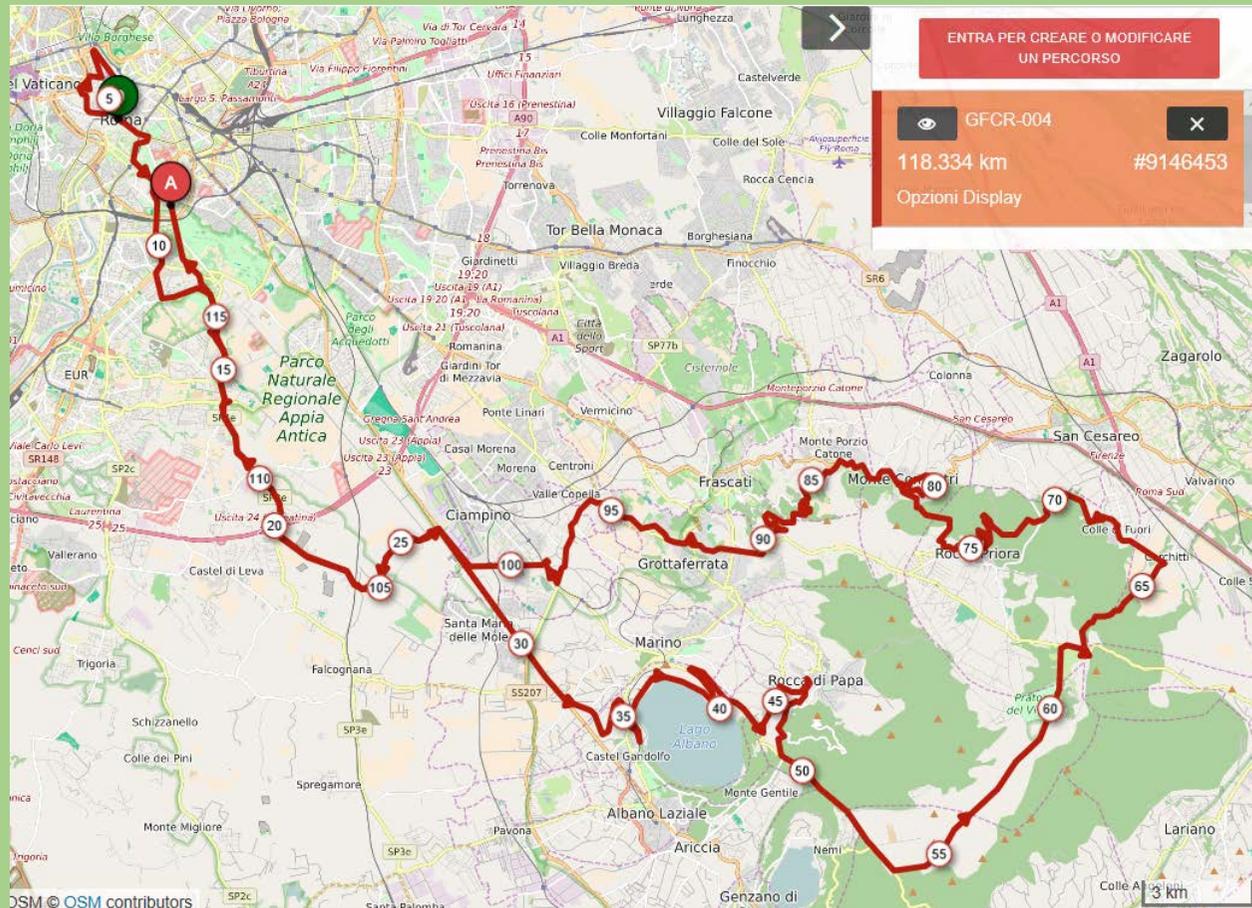


GranFondo Campagnolo Roma

13 Ottobre 2019



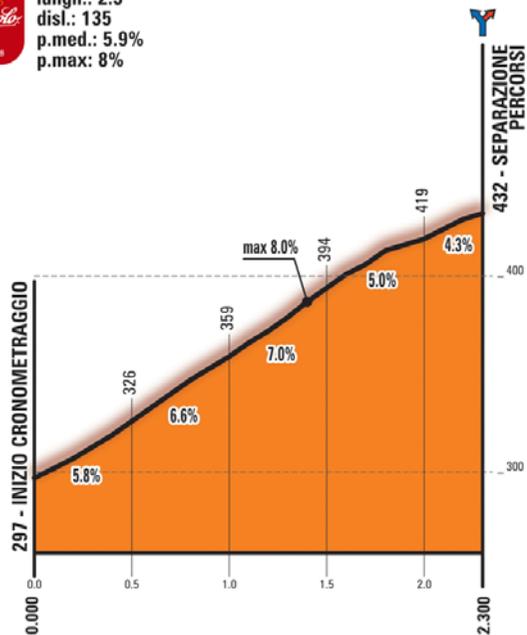
G.F. Campagnolo Roma: percorso e altimetria



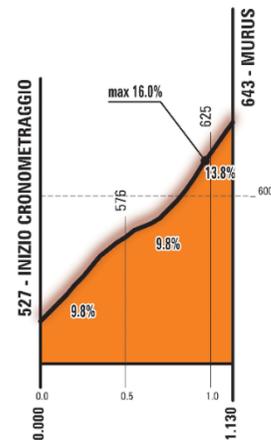


PANORAMICA DEL LAGO DI ALBANO

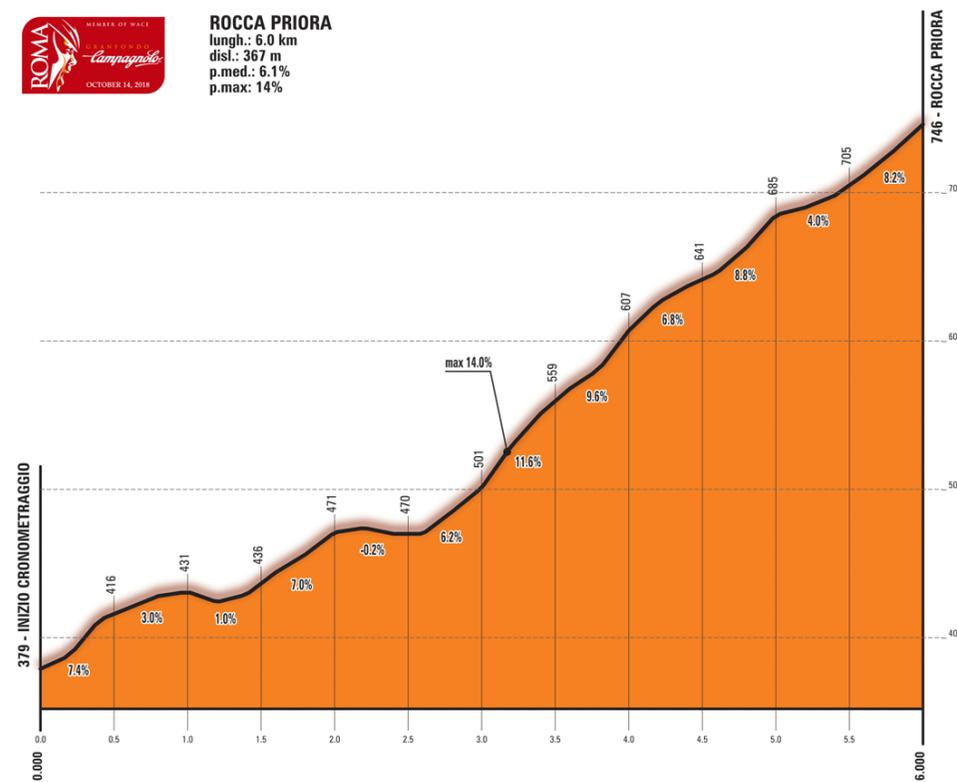
lung.: 2.3
disl.: 135
p.med.: 5.9%
p.max.: 8%



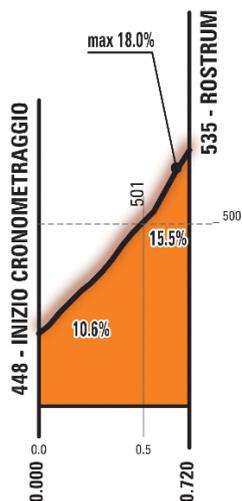
MURUS (Rocca di Papa)
lung.: 1.1 km
disl.: 116 m
p.med.: 10.3%
p.max.: 16%



ROCCA PRIORA
lung.: 6.0 km
disl.: 367 m
p.med.: 6.1%
p.max.: 14%



ROSTRUM (Montecompatri)
lung.: 0.720 km
disl.: 87 m
p.med.: 12.1%
p.max.: 18%



Le salite cronometrate

- **Panoramica – Trofeo Corriere dello Sport** (Lago di Albano) 2.3 chilometri, pendenza media 5.9% e massima 8%
- **Murus** (Rocca di Papa) è di 1.1 chilometri, con pendenza media del 10.3% e massima del 16%.
- **Rocca Priora** è lunga 6 chilometri, pendenza media del 6.3% e massima del 13%.
- **Rostrum** (Montecompatri) misura 720 metri con una pendenza media del 12% e massima, sul tratto in pavè, del 18%.

Chiusura di stagione
Ciclopellegrinaggio Divin Amore
8 Dicembre 2019

