

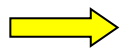
Descrizione Percorsi

Il percorso di Km 1, riservato ai bambini, si snoderà all'interno del paese.

I percorsi di Km. 8, amatoriale/Nordic Walking, ed il percorso di Km. 21, competitivo, si snoderanno lungo sentieri e strade sterrate del Parco dei Monti Lucretili.

Tutti i partecipanti partiranno da Piazza San Pietro (alt. 320) e percorreranno Via Santa Maria, Via San Vito. Poco dopo essere passati per il "Fontanile, a destra faranno un'inversione a U in leggera salita arriveranno ad un quadrivio (Ara delle Micelle). Andranno sempre dritti, su ripida salita, su strada sterrata (itinerario 304). Seguendo la strada arriveranno al "Fontanile Pianelle" (alt. 560) per dividersi i partecipanti competitivi ed amatori/Nordic Walking.

Amatoriale/Nordic Walking Km. 8



Dalle "Pianelle" coloro i quali hanno deciso di partecipare al percorso amatoriale/Nordic Walking scenderanno a sinistra (itinerario 304C) per giungere alla Forcella di Colle Cerro (alt. 532). Di lì seguendo le indicazioni gireranno a destra; quindi dopo aver percorso un tratto di stradina svolteranno a sinistra per scendere e giungere ad una strada cementata (alt. 290). Svolteranno a sinistra percorrendo una ripida salita, quindi a destra e percorrendo una piccola salita ritorneranno in Piazza San Pietro (alt. 320) transitando per la "Conserva" e la "Porta Capu".

Competitiva Km. 21



Dalle "Pianelle" coloro i quali hanno deciso di competere saliranno a destra (itinerario 304C) fino a giungere alla Piana del Monte (alt. 863). Da lì a sinistra si addenteranno nel bosco e percorreranno un bellissimo sentiero transitando per i "Sette acquari" per giungere al Prato dei Porcini (alt. 858). Da lì dritti scenderanno per il sentiero (itinerario 305A) della Stretta Vallicina fino ad una strada sterrata (alt. 720-itinerario 305) che percorreranno, andando a sinistra, in salita, per giungere al Prato delle Forme (alt. 865). Gireranno quindi a sinistra percorrendo, in discesa, il sentiero del Fosso di Vena Caprara (itinerario 304). Transitando vicino ai ruderi della "Madonna dei Ronci" (alt. 613) sempre seguendo l'itinerario 304 transiteranno per Fontanile Fumiccia (alt. 620) e dopo aver percorso circa un chilometro su strada bianca scenderanno a destra sul sentiero 304A per giungere alla Forcella di Colle Cerro (alt. 532). Di lì seguendo le indicazioni gireranno a destra; quindi dopo aver percorso un tratto di stradina svolteranno a sinistra per scendere e giungere ad una strada cementata (alt. 290). Svolteranno a sinistra percorrendo una ripida salita, quindi a destra e percorrendo una piccola salita ritorneranno in Piazza San Pietro (alt. 320) transitando per la "Conserva" e la "Porta Capu".

La partenza e l'arrivo di quattro percorsi sarà in Piazza San Pietro, con raduno per i podisti alle ore 8,30. La partenza è prevista per le ore 9,30