












RANDO ROVETO SIRENTE - 200 KM					
PARTENZA: SALA POLIFUNZIONALE P.zza Monti Simbruini ore 7:00-8:00					
km parz		località	indicazioni	km tot	note
0		CANISTRO INF.	Dal punto ritrovo proseguire dritto su Via Sei Aprile fino al Bivio SR82	0	
5,7		CANISTRO INF.	Al bivio svoltare a Sinistra su Strada Regionale 82 della Valle del Liri, SR82 fino a Capistrello	1,1	
2,8		CAPISTRELLO	Alla rotonda prosegui dritto su Via Roma, SR82 fino all'imbocco di Monte Salviano (Fontana sulla sinistra prima del bivio della SS)	6,8	
3,6		CAPISTRELLO-BIVIO CESE	Al bivio per Cese imboccare la Salita del Monte Salviano	9,6	1° salita
4,9		VALICO SALVIANO	Preseguire dritti fino ad Avezzano. Fontana sul valico e lungo la discesa sulla Destra	13,2	
1,1		AVEZZANO	Dal Passaggi a livello proseguire dritto su Via Napoli fino al Semaforo	18,1	
0,4		AVEZZANO	Al semaforo svolta a Destra su Piazza Castello e poi a Sinistra al bar TIRATISU'	19,2	
7,8		AVEZZANO	A P.zza Cavour all'intersezione svoltare leggermente a destra su Via Sandro Pertini, SP22 e proseguire dritti fino a Luco dei Marsi	19,6	
1,4		LUCO DEI MARSÌ	All'ingresso del paese svoltare leggermente a Sinistra per restare sul Corso principale	27,4	
3,6		LUCO DEI MARSÌ	Alla fine del corso restare sulla strada principale e proseguire dritti verso Trasacco	28,8	
1,6		TRASACCO	Alla rotonda proseguire dritti per entrare in paese	32,4	
0,3		TRASACCO	Al cimitero proseguire dritti direzione Ortucchio su Via Roma	34	
0,2		TRASACCO	Al termine di via Roma svoltare a Destra su Via Tommaseo	34,3	
0,7		TRASACCO	Svoltare a Sinistra direzione Ortucchio e proseguire sempre dritti seguendo le indicazioni per Ortucchio	34,5	
9,1		TRASACCO	Al termine di via Montello svoltare a destra Destra su Strada Provinciale 22 Circonfucense, SP22 direzione Ortucchio	35,2	
3,4		ORTUCCHIO	Svolta a Destra su Via Circonvallazione Sud SP21	44,3	
1,9		ORTUCCHIO	Destra su Strada Statale 83 Marsicana, SS83 DIREZIONE GIOIA DEI MARSÌ	47,7	
GIOIA DEI MARSÌ - 1° CONTROLLO - BAR SAMUEL Ore 08:30/11:30				49,6	
1,2		GIOIA DEI MARSÌ	Dal primo controllo proseguire direzione Pescasseroli fino all'imbocco della 2° Salita	49,6	
13		GIOIA DEI MARSÌ	Inizio Salita Proseguire dritti fino al valico di Gioia Vecchio	50,8	2° salita
7,2		VALICO-GIOIA VECCHIO	Proseguire dritti fino al bivio per Bisegna	63,6	
12		BIVIO BISEGNA	Svoltare a Sinistra direzione Bisegna e proseguire sempre dritti	70,8	
BISEGNA - 2° CONTROLLO - BAR OASI Ore 10:00/14:00				82,9	

10		BISEGNA	Dal secondo controllo Proseguire dritti DIREZIONE SAN SEBASTIANO ORTONA DEI MARSII	82,9	
1,6		ORTONA	Al Bivio di Ortona dei Marsi svoltare a Destra per restare su SP 17 direzione Avezzano Sulmona, fino al bivio per Cocullo	93	
5,6		BIVIO OLMO DI BOBBI COCULLO	Svoltare a Destra direzione Cocullo fino al tunnel di Olmo di Bobbi	94,6	3° salita
2,1		VALICO DI OLMO DI BOBBI	Sul Valico attraversare il tunnel di Olmo di Bobbi e proseguire dritto fino al bivio sulla Sinistra per Goriano Sicoli	100,2	
5,2		BIVIO GORIANO SICOLI	Scendere lungo la SP 9 Marsicana (CAPRE)	102,3	
6,9		GORIANO SICOLI	Svolta a Destra direzione Goriano Sicoli verso Castel Di Ieri	107,5	
2		CASTEL DI IERI	Svoltare a Destra sulla SS n. 5 Tiburtina in direzione Caselvechio Subequo	114,4	
7,5		CASTELVECCHIO SUBEQUO	Svoltare a Sinistra in direzione Gagliano Aterno su SP 11 Sirentina fino al Bivio	116,4	4° salita
18		SECINARO-BIVIO	Al Bivio proseguire in direzione ROCCA DI MEZZO fino al Valico	123,9	
VALICO DELLA FORCELLA – 3°CONTROLLO e RISTORO. Ore 12:00/17:30				141,5	
2,9		VALICO DELLA FORCELLA	Dal Valico proseguire dritto fino al bivio per ROVERE	141,5	
6,3		BIVIO ROVERE	Svoltare a Sinistra direzione Rovere - Ovindoli	144,4	
12		OVINDOLI	Alla rotonda proseguire dritto per Ovindoli e scendere fino a Celano	150,7	
8,1	 	CELANO	Arrivati in Piazza a Celano svoltare immediatamente a Destra e poi ancora a Destra in direzione Avezzano-Paterno	162,4	
4,9		PATERNO	ATTRAVERSARE IL PASSAGGIO A LIVELLO. Al bivio svoltare a Destra sulla SS n. 5 Tiburtina direzione Avezzano fino al Semaforo in P.zza Castello in Avezzano	170,5	
1,1		AVEZZANO	Dal Semaforo in P.zza Castello proseguire dritto fino alle pendici del Salviano	175,4	
4,9		AVEZZANO-PASSAGGIO A LIVELLO	Dal passaggio a livello proseguire dritti fino al valico. Fontana sul valico e lungo la salita sulla Sinistra	176,5	5° salita
7,1		VALICO SALVIANO	Dal Valico scendere dritto fino a capistrello e proseguire fino alla rotonda. Fontana sulla destra prima del bivio della SS	181,4	
5,7		CAPISTRELLO	Alla Rotonda proseguire dritto sulla Strada Regionale 82 della Valle del Liri, SR82	188,5	
1,1		CANISTRO-BIVIO SR82	Svolta a destra su Via Sei Aprile verso Canistro	194,2	
ARRIVO: SALA POLIFUNZIONALE P.zza Monti Simbruini ore 14:00-21:30				195,3	
Emergenze 118 - INFO Romolo 339 6031171 Valerio 333 2138672					
Comunicare eventuale ritiro via sms indicando nome e cognome ai numeri sopra riportati					