**ROADBOOK 2024 LUNGO**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **KM. TOTALI** | **KM. PARZIALI** | **DESCRIZIONE ITINERARIO** |  |
| 0 | 0 | Amantea, via Stromboli (hotel Santa Maria) | **CONTROLLO****CANCELLO: dalle 06:00 alle 07:00****Il codice ICRON è affisso alla porta d’ingresso dell’Hotel** |
| 2,700 | 2,700 | Proseguire su SS 18 direzione nord fino al termine dell’abitato di Acquicella (pizzeria la grotta). Svoltare a dx su vecchia sede SS18 |  |
| 13,700 | 11,000 | Proseguire fino all’incrocio con Fiumefreddo Bruzio Paese. Seguire indicazioni che riportano sulla SS18 direzione nord. |  |
| 34,800  | 21,100 | Immettersi su SS 18 direzione nord fino al bivio per Fuscaldo. Svoltare a DX – **inizio salita.**  |  |
| 38,800 | 4,000 | **Fine salita.** Seguire segnaletica per ingresso in paese. A 20 mt. dallo scollinamento, controllo sulla DX | **CONTROLLO****Il codice ICRON è posto a ridosso della vetrina del bar** **CANCELLO: dalle 07:29 alle 08:58** |
|  |  |  |  |
| 41,600 | 2,800 | Proseguire in discesa attraversando il centro del paese fino a incrocio con strada SP 36 (fine discesa). Svoltare a SX in corrispondenza di una statua della Madonna. |  |
| 48,300 | 6,700 | Reimmettersi su sp 36 fino a Paola (incrocio SS 18 seguendo indicazioni per Reggio Calabria) |  |
| 53,600 | 5,300 | Proseguire sempre direzione Sud su SS 18 fino a bivio nord per San Lucido |  |
| 55,600 | 2,000 | Svoltare a dx e proseguire per il centro del paese e attraversarlo quasi tutto. In corrispondenza del Supermercato CRAI svoltare a SX e seguire la strada sempre in salita per Falconara Albanese **(inizio 2^ salita)** |  |
| 66,600 | 11,000 | **Fine salita** all’incrocio con San Fili. Svoltare a DX per il centro di Falconara Albanese. | **CONTROLLO****Il codice ICRON è posto sulla SX segnaletica verticale indicante San Fili****CANCELLO: dalle 08:22 alle 10:44** |
|  |  |  |  |
| 77,600 | 11,000 | Inizio discesa su medesima strada seguendo indicazioni Torremezzo di Falconara. A fine discesa svoltare a SX |  |
| 79,900 | 2,300 | Immettersi su vecchia SS18 seguendo le indicazioni che riportano sulla nuova Statale. Poi, direzione sud fino a secondo incrocio di Fiumefreddo Bruzio Paese |  |
| 88,200 | 8,300 | Svoltare a sx **(inizio 3^ salita) Non entrare nel borgo** ma proseguire sempre in salita fino a San Biase di Fiumefreddo **(fine salita).** Svoltare a dx. Il primo tratto di strada presenta una breve e ripida discesa e una breve ma intensa salitella dopo la quale riprende la discesa. | **CONTROLLO****Il codice ICRON è posto su una cabina elettrica proprio al punto di svolta. Svoltare a DX per Longobardi****CANCELLO: dalle 09:34 alle 12:28** |
| 97,300 | 9,100 | Proseguire in discesa oltrepassando abitato Longobardi fino incrocio con vecchia SS18. Svoltare a sx |  |
| 102,800 | 5,500 | Proseguire direzione sud fino incrocio Belmonte Calabro. Svoltare a sx (**inizio 4^ salita)** |  |
| 106,100 | 3,300 | Abitato Belmonte Calabro paese.  | **CONTROLLO** **Il codice ICRON è posto nella piazzetta a ridosso della fontana sulla sx.****Cancello: dalle ore 09:53 alle ore 13:00** |
| 113,700 | 7,600 | Proseguire sempre in salita fino incrocio con Vadi. **(fine salita)**. Svoltare a dx |  |
| 118,500 | 4,800 | Attraversare centro abitato Vadi. Percorrere una ripida discesa fino alla segnalazione della deviazione del percorso lungo. Svoltare a sx**. Inizio 5^ salita.** |  |
| 120,100 | 1,600 | **Località Camoli. Fine salita. Svoltare a DX.** | **CONTROLLO****Il codice ICRON è posto sul tronco di un albero allo scollinamento.****CANCELLO: dalle ore10:00 alle ore 14:00** |
| 121,900 | 1,800 | Svoltare sempre a DX per ben due volte e percorrere ripida discesa fino a raggiungere vecchia Statale 18. Svoltare a SX  |  |
| 123,050 | 1,150 | Percorrere brevissimo tratto di circa 250 mt. su vecchia Statale 18 e poi immettersi su nuova Statale 18 fino al bivio per Cosenza-Lago e svoltare a dx |  |
| 127,450 | 4,400 | Proseguire fino a incrocio con San Pietro in Amantea. Svoltare a dx **(inizio 6^ salita)** |  |
| 131,050 | 3,600 | Bivio San Pietro. Svoltare a dx. |  |
| 131,850 | 0,800 | **Attraversare tutto abitato San Pietro e poi prendere a SX. Riprende strada in salita** | **CONTROLLO Il codice ICRON è posto all’inizio della salita** **CANCELLO: dalle 10:30 alle 15:00** |
| 136,650 | 4,800 | Percorrere detta strada oltrepassando la chiesetta di S.Elia fino a contrada Tuvolo (fine salita) |  |
| 137,850 | 1,200 | Inizio discesa. Preseguire dritto fino all’unico incrocio esistente. Svoltare a dx. |  |
| 143,550 | 5,700 | Proseguire su medesima strada tutta in discesa., facendo attenzione alle possibili buche. | **L’ORGANIZZAZIONE OFFRE PASTA E ACQUA** |
| 149,750 | 6,200 | Si riprende sempre in discesa fino all’innesto della vecchia SS 18. Si transita davanti all’Hotel La Tonnara – Ci si reimmette su SS 18 fino impianto semaforico di Campora San Giovanni. Oltrepassare incrocio andando **DRITTO (Né a destra né a sinistra ma dritto)** |  |
| 152,850 | 3.100 | Proseguire attraversando zona industriale fino al bivio per Cleto-Aiello Calabro. **(inizio 7^ salita)**  |  |
| 159,550 | 6,700 | **(fine salita)** Svoltare a sx per abitato Cleto. Inizio discesa |  |
| 164,050 | 4,500 | Attraversare il paese - all’altezza di tre fontane ha **inizio 8^ salita,** ripida ma breve di appena 1 km. Al bivio per Aiello Calabro svoltare a dx sempre in discesa. |  |
| 167,050 | 3,000 |  Bivio per Aiello Calabro **(inizio 9^ salita)** |  |
| 172,050 | 5,000 | Aiello Calabro Centro – Piazza Santa Maria | **CONTROLLO** **codice ICRON posto all’entrata ingresso “BAR Borgo Antico”** **CANCELLO: dalle ore 12:13 alle 17:47** |
| 172,550 | 0,500 | Percorrere tutto centro abitato fino all’inizio della discesa. |  |
| 184,250 | 11,700 | Quindi sempre in discesa immettersi su SS 108 fino al mare e comunque fino a incrocio con SS 18. |  |
| 190,250 | 6,000 | Proseguire su Statale 18 direzione nord oltrepassando località Coreca **(NON PRENDERE LA GALLERIA)** e di seguito località La Tonnara. Alla rotatoria prendere la terza uscita in leggerissima salita e dopo 100 metri immettersi nuovamente su SS 18 fino all’Hotel Santa Maria. | **CONTROLLO presso l’Hotel e fine della randonnèe.****CANCELLO: dalle ore 12:34 alle ore 19:30** |

Recapito organizzatore: 3667468569 (Vincenzo) oppure 3478185736 (Maurizio)