

SPOLETO-NORCIA RANDONNE' 2019								
km parz	direzione	località	indicazioni	info	Orario	km tot	Com	Prov
0,000		Spoletto	Piazza Garibaldi	PARTENZA	7:00-8:00	0,000		
0,000		Spoletto	Uscire dagli archi e prendere Via Flaminia			0,000		
0,200		Spoletto	Alla rotonda 1° uscita per Via Nursina			0,200		
0,400		Spoletto	Tenere la destra per Via Flaminia			0,600		
0,300		Spoletto	Alla rotonda 1° uscita direzione Foligno-Perugia			0,900		
0,100		Spoletto	Mantenere la destra, proseguire su SR 395 Passo del Cerro			1,000		
9,200		Forca di Cerro	Fine 1° salita - 730 mslm			10,200		
3,300		Grotti				13,500		
5,700		Piedipaterno	Prendere SS 685 in direzione Terni			19,200		
4,800		Palombara	Proseguire dritto su SR 209 Valnerina in direzione Terni			24,000		
20,700		Fontechiaruccia	Alla rotatoria 3° uscita per Arrone			44,700		
1,300		Arrone	Proseguire dritto su SP4 Arronese in direzione Piediluco			46,000		
9,500		Piediluco	Prendere SR79 ternana in direzione Rieti			55,500		
0,000		Piediluco	Lago di Piediluco - SELFIE con sfondo lago di Piediluco			55,500		
2,000		Madonna della Luce	Svoltare a sinistra su SP5 di Leonessa			57,500		
7,000		Morro Reatino	Svoltare a sinistra su SR521 direzione Morro Reatino - Leonessa			64,500		
13,500		Valico del Fuscello	Fine 2° salita - 1120 mslm			78,000		
6,000		Leonessa	Alla rotatoria 3° uscita per SS471 direzione Monteleone-Cascia			84,000		
0,300		Bivio Leonessa	1° RANDO POINT		9:00-13.30	84,300		
15,200		Passo di Ocosce	Fine 3° salita - 970 mslm			99,500		
5,800		Cascia	Entrare in Viale S. Rita			105,300		
0,200		Cascia	Seguire il senso unico in discesa all'interno del centro storico			105,500		
0,100		Cascia	Prendere Via XX Settembre e riuscire dal centro storico			105,600		
0,300		Cascia	Immettersi in Via Roma in direzione Norcia			105,900		
1,600		Cascia	Alla rotonda 2° uscita direzione Norcia su SR 320			107,500		
10,000		Serravalle	Prendere SS 685 in direzione Norcia			117,500		
0,200		Serravalle	Lasciare la SS 685 per bypassare la galleria			117,700		
0,500		Serravalle	Rientrare in SS 685 in direzione Norcia			118,200		
5,500		Norcia	Entrare da Porta Romana e seguire Corso Sertorio			123,700		
0,300		Norcia	Proseguire su Via Roma per uscire dal centro storico da Porta Ascolana			124,000		
0,200		Norcia	Via Circonvallazione in direzione Visso - Preci			124,200		
0,500		Norcia	Seguire indicazioni per Preci su SP 476			124,700		
4,000		SP 476	Continuare in direzione Preci su SP 476			128,700		
2,000		Forca di Ancarano	Fine 4° salita - 1010 mslm			130,700		
5,300		Campi di Norcia	2° RANDO-POINT ("Pro-loco di Campi" Bar)		11.00-17.00	136,000		
0,000		Campi di Norcia	Riprendere SP476 in direzione Preci			136,000		
6,500		Preci	Via Roma			142,500		
4,300		Ponte Chiusita	Seguire indicazioni per Terni - Roma su SP 209 "valnerina"			146,800		
8,600		Triponzo	Svoltare a destra su SP 465 direzione Cerreto di Spoleto			155,400		
1,800		Cerreto di Spoleto	Continuare su SP 465 direzione Sellano			157,200		
3,400		SR 319	Seguire indicazioni per Sellano su SR 319			160,600		
5,900		Sellano	Entrare nel centro storico da Via Pietro Nenni			166,500		
0,200		Sellano	Centro Storico di Sellano - (SELFIE con sfondo centro storico)			166,700		
0,800		Sellano	Riprendere SR 319 in direzione Foligno			167,500		
4,100		Valico del Soglio	Fine 5° salita - 840 mslm			171,600		
3,300		Incrocio SP 459	Lasciare la SR 319 e girare in direzione Terne su SP 459 di Passo Spina			174,900		
8,100		Passo Spina	Fine ultima salita - 950 mslm			183,000		
13,400		Distributore Tamoil	Lasciare la Sp 459 e seguire indicazione per Cortaccione			196,400		
2,600		Vigili del Fuoco Spoleto	Immettersi su Via Flaminia in direzione Spoleto			199,000		
1,000		Spoletto	Continuare sempre dritti in direzione Spoleto Centro			200,000		
1,000		Spoletto	Piazza Garibaldi	ARRIVO	14:00-20:00	201,000		

Numeri Utili:

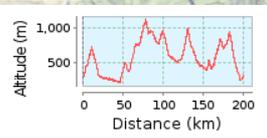
Assistenza Sanitaria ed Emergenze: 118

Info: 392-2886998 (Roberto) o 335-6102095 (Gianni).

In caso di ritiro inviare un MESSAGGIO ai numeri precedenti (Roberto o Gianni) indicando RITIRO: NOME, COGNOME e N° PETTORALE del partecipante.

Traccia gps e ulteriori info: QCODE in allegato.

Snr2019



200.84 km (Percorso circolare)

Ascesa totale: 3854 m, Discesa totale: 3853 m

Differenza altimetrica 891 m (Altitudine da: 224 m a 1115 m)

© RobertoTroiani | © Mapbox | © OpenStreetMap contributors | iText 4.2.0 | ID: qihdvgrjyebuikgm