



# Rando del Cannonau 2018

Totale distanza  
**214km**

Totale salita 2750 m

Altezza massima 875 m s.l.m.

Totale discesa 2750 m

Altezza minima 2 m s.l.m.

N	Km totali	Km parziali	Alt	Descrizione
1	0,0	0,00	338	<b>Check point 1: Hotel Il Querceto. Proseguire a sx su SS125 in direzione Orosei - Oliena</b>
2	1,1	1,13	286	Girare a sx verso Nuoro - Oliena su SP38
3	5,6	4,47	140	Proseguì dritto su SP38 verso Orosei - SS129
4	10,6	4,98	180	Gira a sx verso Nuoro - Oliena su SS129
5	20,0	9,41	211	All'incrocio di Marreri, gira a sx verso Oliena
6	25,2	5,17	325	Oliena: allo stop dopo il cavalcavia, gira a dx verso il centro del paese
7	26,1	0,91	356	Oliena: allo stop al centro del paese (km 0, SP46) gira a sx sull'acciottolato in via G. Deledda

8	26,4	0,34	375	Oliena: alla fine di via G. Deledda gira a dx su c.so V. Emanuele II
9	26,7	0,26	375	Oliena: al Ristorante GKappa prosegui a sx su via M.Luther King ed esci dal paese sulla vecchia strada per Orgosolo (SP22)
10	43,1	16,45	600	Orgosolo: attraversa il paese su corso Repubblica (la via dei Murales). Esci dal paese in direzione Mamoiada (SP22)
11	53,4	10,26	637	Mamoiada: entrare in paese su c.so V. Emanuele II
12	53,8	0,41	648	Girare a dx in via Marsala e percorrerla interamente
13	54,2	0,38	626	Gira a sx su c.so V. Emanuele II
14	54,5	0,31	647	<b>Check Point 2: Cantine Giuseppe Sedilesu</b>
15	54,8	0,30	649	Allo slargo con le Poste gira a sx su c.so V. Emanuele II, verso il centro del paese
16	55,2	0,46	644	Prima di uscire dal paese, in corrispondenza di una grossa cabina elettrica in muratura, gira a sx in discesa prima della ringhiera verde
17	57,1	1,82	672	Alla chiesetta di Loret'attesu prosegui a dx in salita
18	58,4	1,34	656	Gira a sx. Prosegui con cautela, alcuni tratti di asfalto sono molto rovinati.
19	64,2	5,76	287	Quadrivio con tre uscite: una a dx, una leggermente a sx e una tutta a sx. Prendi quella leggermente a sx
20	65,9	1,70	302	Prosegui dritto in piano
21	66,6	0,71	326	A dx oltre il ponte in salita
22	66,7	0,16	328	A sx sempre in salita
23	67,6	0,86	416	Prosegui dritto sulla principale

24	69,0	1,41	472	Immettiti a dx sulla principale (x SS389) verso Nuoro
25	70,1	1,08	496	Alla rotonda prendere la seconda uscita verso Nuoro centro
26	71,1	1,01	542	Prosegui dritto in via Sardegna e tienila fino al fondo
27	71,4	0,30	543	Alla fine di via Sardegna gira a dx e allo stop successivo a sx in viale del Lavoro
28	71,7	0,26	539	Allo stop fronte ARST gira a dx in via La Marmora e percorrila per intero
29	72,3	0,60	522	Al semaforo della Chiesa Ns. delle Grazie gira a dx in discesa in via Manzoni
30	72,7	0,40	523	Gira a sx in via Giovanni XXIII (un isolato prima del tribunale)
31	72,9	0,27	534	Alla fine di p.zza V. Emanuele gira a dx in via Mons. G. Bua
32	73,0	0,09	540	Superato l'arco gira a sx in via Efsio Tola
33	73,1	0,12	546	Nello slargo, fronte sede dell'Unione Sarda, gira a sx dopo la ringhiera in muratura e prosegui lungo p.zza S. Giovanni
34	73,2	0,08	549	Subito dopo la p.zza S. Giovanni gira a sx nel vicolo via G.M. Angioy, dopo 30m gira a dx ed entra in p.zza S. Satta
35	73,3	0,08	555	<b>Check point 3: piazzetta Satta, di fronte alla sede di Alternatura</b>
36	73,3	0,05	546	Lasciare la piazza da via Alfredo Baccharini
37	73,4	0,03	545	Gira a dx in via Cattaneo e subito a sx in via Roma
38	73,7	0,28	546	Gira a sx lungo p.zza Italia
39	73,8	0,11	549	Allo stop davanti al Palazzo Civico gira a dx in salita
40	73,8	0,05	550	Al semaforo gira a sx in viale Trieste

41	74,7	0,88	547	Alla prima rotonda prosegui dritto verso l'uscita della città
42	74,9	0,25	559	Alla seconda rotonda prendi la prima uscita in salita, e percorri per intero via Mannironi
43	76,5	1,55	581	Immettiti a dx sulla principale e lascia Nuoro
44	77,3	0,81	571	Gira a destra verso Orune - Bitti - Buddusò (SS389)
45	77,9	0,63	518	Alla prima rotonda di Prato Sardo prendi la prima uscita verso Orune (SS389)
46	78,5	0,60	488	Alla seconda rotonda di Prato Sardo prendi la prima uscita verso Orune (SS389)
47	79,2	0,68	483	Prosegi dritto sulla principale (SS389)
48	87,7	8,48	757	Proseguì dritto verso Bitti - Orune (SS389)
49	92,9	5,25	783	Dritto sulla principale (SS389)
50	97,9	4,95	868	Dritto sulla principale verso Bitti (SS389)
51	99,3	1,40	833	Ancora dritto sulla principale e rimani su questa strada (SS389) fino a Bitti
52	109,9	10,61	581	Bitti: segui la principale verso il centro del paese (SP3)
53	110,8	0,90	555	<b>Check point 4: piazza Giorgio Asproni al Bar Su Tzilleri de Pigozzi</b>
54	110,9	0,10	554	Dalla piazza prosegui su via Vittorio Veneto
55	111,7	0,80	553	Gira a destra in discesa su via Mulinu, lungo una ringhiera in metallo, e fai una curva a gomito rientrando verso il paese
56	112,1	0,40	532	Allo stop gira a sx e subito a dx in via Brescia verso Onanì
57	112,6	0,50	512	Allo stop al fondo di via Brescia, imbecca la strada di fronte a te oltre lo slargo, verso Lula - Onanì (SP3)

58	119,6	7,00	443	Onani: attraversa il paese sulla strada principale in direzione Lula
59	125,1	5,50	517	Lula: allo stop di fronte alla chiesa, gira a sx verso Siniscola - Lodè (c.so Gramsci)
60	126,0	0,90	542	Lula: all'uscita del paese segui la principale verso le vette del Monte Albo (SP3)
61	149,7	23,70	618	Sant'Anna: gira a destra verso Siniscola. !!! Lunga discesa con tornanti!!!
62	158,2	8,50	81	Siniscola: allo stop all'ingresso del paese, gira a sx verso il centro
63	158,7	0,50	51	Siniscola: all'incrocio gira a dx su via De Gasperi verso Orosei - S. Lucia
64	159,5	0,80	25	Siniscola: al fondo di via De Gasperi, prosegui a dx verso Orosei - S. Lucia (via Roma). Tieni questa strada (SS125) fino ad Orosei
65	195,0	35,50	21	Orosei: lascia la principale girando a dx prima della chiesetta N.S. delle Grazie verso Centro, e subito a sx in via S. Giacomo verso Informazioni
66	195,4	0,40	28	<b>Check Point 5: in Piazza del Popolo, alla fine di via S. Giacomo. Proseguire in discesa lungo via Nazionale</b>
67	195,6	0,20	13	Orosei: gira a dx sulla strada principale (SS125) ed esci dal paese in direzione Dorgali
68	200,2	4,60	132	Prosegui dritto sulla principale (SS125)
69	207,9	7,70	230	Prosegui dritto sulla principale (SS125)
70	210,6	2,70	256	Prosegui dritto sulla SS125 verso Dorgali - Baunei
71	213,4	2,80	288	Ancora dritto sulla SS125 verso Dorgali - Baunei
72	214,5	1,10	337	<b>Check point 6: arrivo all'Hotel Querceto. E vai!!!</b>

